



Tibetan Buddhist Resource Center

Text Scan Input Form - Title Page

Work:	W1KG17382	ImageGroup:	I1KG17390
LCCN:	2003313733	ISBN:	n/a

Title:	གཏུའི་བཅད་སྒྲ། gang+gA'i bzhad sgra/
Author:	n/a
Descriptor:	n/a
Original Publication:	n/a;n/a
Place:	dharamsala, district kangra, h.p.
Publisher:	college for higher tibetan studies
Date:	2001-
Volume:	7
Total Volumes:	25
TBRC Pages:	2
Introductory Pages:	n/a
Text Pages:	n/a
Scanning Information:	Scanned at M/S Satluj Infotech Images, E-45, Sector 27 Noida, District Gautam Buddha Nagar, U.P. 201301 via New Delhi, IN for the Tibetan Buddhist Resource Center, 150 17th st., New York, NY 10011, U.S.A 2006. Comments: 5/2014

Library of Tibetan Works & Archives
(Headquarters of N.D. the Dalai Lama)
Gangchoe Kyichong, Dharamsala D.P.

གཤམ་པོ་ལོ་རྒྱུད་

3000

3

མ་རྩུ་ཐོབ་ཀྱི་མཐོ་རིམ་སློབ་གཉེན་ཁང་།

ॐ नमो भगवते वासुदेवाय

ॐ नमो भगवते वासुदेवाय

ॐ नमो भगवते वासुदेवाय

ॐ नमो भगवते वासुदेवाय

ॐ नमो भगवते वासुदेवाय

ॐ नमो भगवते वासुदेवाय

ॐ नमो भगवते वासुदेवाय

དཀར་ཆག

གྲིང་པེ་མཛོད་ཀྱི་ཆ་ཤིང་།

Class No:

Acc. No. D: M-125

LTWA (Manuscript)

DHARAMSALA, H.P.

ལྷན་ཚུལ་དང་ལྷན་པོའི་ཕྱི་ལོ་བཅུ་དྲུག་པེ།

བུ་དྲི་རྩེ།	འཇམ་དཔལ་ཤེས་རབ།	༡
བཞེད་མི་རུང་བའི་གཏམ་རྒྱུད།	སྒོ་དམར་སངས་རྒྱས་བཀྲ་ཤིས།	༡༣
མཐོ་སྒང་གི་མིག་ཀླུ།	རྒྱལ་མཚན་སྒོ་གསལ།	༡༦
མཚམས་མཚམས།	མཚོག་གི་རྩེ།	༣༣
མི་ཆེའི་ཕམ་ཁ།	གཡང་འཛོམས།	༣༩

སྒྲིག་དངགས་འབྲི་ལྷན་པོའི་གར་སྒྲུབས།

དུས་གཏན་དུ་ངང་རྒྱུད་དང་	ཤེར་སྒྲུབ།	༣༦
དེ་རིང་གི་ཞིག་འདེབས།	ཨ་གནམ་བོའི་པ།	༣༧
ཐོལ་གྱིས་ཤོར་སོང་།	གར་ཚུགས་ཁྲག་ན།	༣༧
རྒྱང་བཞུད་	སྒྲུབ་བཟང་རྒྱ་མཚོ།	༣༩
སྒྲུབ་ཆེ་ཆོ།	བསྒྲུབ་འཛིན་དོན་གྲུབ།	༣༩
བཅུ་པའི་མིག་རྒྱུད་བཅུ་དྲུག་པེ་བསྒྲུབས་ཆོར།	ཀ་བྲག་	༣༩
ས་མཐོའི་སྒོ་དབྱངས།	བསྒྲུབ་གྲུབ།	༣༩
བཅུ་པའི་སྒྲུབ་རྒྱུད་	བསྒྲུབ་འཛིན་གཡུ་སྒོན།	༣༩
སྒྲིང་གཏམ་བུད་ཚེའི་ཐིགས་པ།	ཐིག་འཛིན།	༤༡
ཁ་བའི་མེ་ཏོག་མཚོད་པ།	ཆོས་འཛིན་སྒྲོལ་མ།	༤༣
གསོན་དང་གངས་རིའི་གཅེས་སྒྲུག་ཆོ།	འཆི་མེད་རྩ་སྒོན།	༤༣

ང་ཡི་གཙུང་མོ།.....	དོ་ཤིང་ཆོ་སྤྱང་།	༤༥
དགུ་ཆོགས་ཀྱིས་བྱངས་པའི་སེམས་པ།.....	རྩ་གཉིན་ཐར།	༤༦
སྒྲིམ་ནག་བྱ་ལ་གནས་པའི་མགུར་ན།.....	སྐལ་བཟང་ཉི་མ།	༤༧
ཆི་ལམ་ནང་གི་མཛེས་མ།.....	ལ་དྲགས་བསྟན་འཛིན་ནོར་བུ།	༤༧
རང་བཙན།.....	ཐོ་བཟང་ཉི་མ། (ཁ)	༥༠
འཆོལ་བར་འགྲོ།.....	ཆོས་གྲགས།	༥༡
ཀ་ཚོམ་རེ་སྐལ།.....	བསོད་ནམས་དཔལ་སྒྲོན།	༥༣
གང་ལྟར་ང་ཁྱེད་ལ་དགའ།.....	ཐང་དོན།	༥༣
མཆོད་པའི་མེ་ཉོག།.....	བྱང་རྒྱལ་སྒྲོལ་མ།	༥༤
བྱན་པས་གཙུག་པའི་ན་བྱག།.....	ཆོ་རིང་ཐུག་བ།	༥༥

ཆོད་ཚོམ་སྐྱེད་ཆུའི་སྐབས་རིས།

སུམ་རུ་པའི་མཆོད་བཞེད་ཀྱི་བྱེ་བྲག་ལས་འཕྲོས་པའི་གཏམ།.....	དོ་ཤིང་ཆོ་སྤྱང་།	༥༧
དབྱེད་བཞེད་བྱང་པའི་ཤོག་གུར།.....	རྒྱལ་མཆོན་སྒྲོགས་ལ།	༥༧
འོད་སྟོང་འབར་པའི་མི་ཆེའི་འགྲུལ་བཞུད།.....	ནོར་བུང་སྒྲོ་བཟང་རྒྱ་མཚོ།	༥༧

རྒྱལ་ཚོམ་ཚོང་ཆུའི་བཞུར་རྒྱུ།

ཕམ་པ་ཞིག་གི་སྤོང་ཆོར་.....	བསྟན་འཛིན་ཆོས་དབྱིངས།	༧༣
ཅིས་དཔོན་ལྷང་གར།.....	གཙང་རྒྱལ་སྒྲོ་བས་ལགས།	༧༣
ཁོང་གི་སེམས་ནང་གི་རྒྱ་མཚོ།.....	དཔལ་སྒྲོན།	༧༥
དུག་གསུམ།.....	བཙོན་འགྲུས།	༧༦

བསྐྱར་ཚོམ་རྩ་ཆུའི་སྐབས་དབྱངས།

རོ་ནི་ཡི་དེབ།.....	སྐལ་བཟང་རྒྱ་མཚོ།	༧༧
--------------------	------------------	----

བཅར་འདྲི་ཡར་ཆབ་དངས་མོ།

ལོ་རྒྱུས་སློབ་དཔོན་བསོད་ནམས་རྒྱལ་མཚན་མཆོག་ལ་བཅར་འདྲི།.....༡༠༠

ནང་ཆོས་སློབ་དཔོན་སྐལ་བཟང་མཆོག་ལ་བཅར་འདྲི།

གནས་ཆོག་སྐྱུ་རྒྱུ་འོལ་དབྱངས།

ཨ་མ་དྲན་པའི་གདུང་དབྱངས།.....རྒྱ་བ་ཆེ་རིང་། ༡༠༩

མཐུག་གི་གཏམ།.....ཅོ་མ་སྒྲིག་པ། ༡༠

གསྐྱའི་བཞད་སྒྲའི་ཅོ་མ་སྒྲིག་ཆོག་ས་ཁུང་།

སྒྲི་བྱའི་ཅོ་མ་སྒྲིག་པ།

སློབ་སྒྲི་འཇམ་དཔལ་གྲགས་པ།

ཅོ་མ་སྒྲིག་འགན་འཛིན།

ཅོ་མ་དག་ལྟ་མོ་སྐྱབས།

དེབ་གཞི་རྩས་འགོད་པ་སོགས།

སྒྲིག་ཁྱད་ནན་རབ་བཏན།

གཙོ་འགན་ཅོ་མ་སྒྲིག་པ།

འཇམ་དཔལ་ཤེས་རབ།

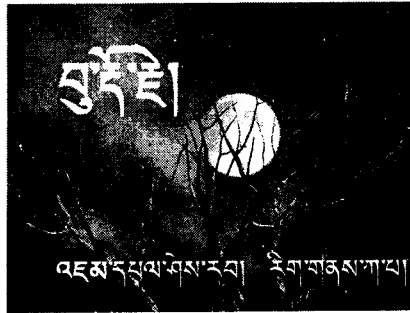
ཅོ་མ་སྒྲིག་པ།

ཆེ་རིང་རྒྱ་བ། སོག་ཚང་སྒྲོན་ལམ། སློབ་ཟུང་འཕྲིན་ལས།

Copy right © 2005: Institute of Buddhist Dailectics

All right reseved. No part of this book may be reproduced

in any form without prior written permission from the Publisher



བུ་དྭེ་ལོན་བཞི་ལ་སོན་སྐབས་ཨ་མ་ནད་མནར་ གྱི་བྱ་གསོ་ཁང་ལ་བཞག་ན་མི་འགྲིག་ས་གམ་ཞེས་
གྱི་རྒྱུན་པས་འདས་གྲོང་ས་སུ་གྱུར། འོན་ཀྱང་པ་ བཞད་པར། རོན་བྱ་བ་གསུམ་མཛོ་བསམ་གང་ཙམ་
རོན་བྱ་བ་གྱིས་དཔལ་བའི་མིག་དང་ཁོག་པའི་རྩིང་རྩུར་ བཏང་མཐར། གཞི་ནས་བུ་དྭེ་རྗེ་ས་ཁུལ་གྱི་བྱ་གསོ་
གཅེས་སྤྱོད་གྱིས་ཞིམ་མངར་གྱི་ཟས་དང་དྲོ་འངམ་ ཁང་ལ་བཞག་ཆུ་བྱས་ནས། ཨ་ཙག་གཡུ་སྒྲོན་
གྱི་གོས་ལ་བཞེན་ནས་གསོ་སྦྲང་བྱས། ལགས་ལ། “སང་ཉིན་ནི་གཅིག་ནས་

པ་དོན་བྱ་བ་ནི་གྲོང་ཁྱིམ་སྤེལ་དུ་གྱུག་པའི་ གཟུང་ཕུར་བྱ་དང་། གཉིས་ནས་བུའི་སྒྲ་གཟུང་ཡིན་
མཉམ་ལས་གྱི་གིང་བཟོའི་ལག་གསུམ་མི་སྒྲ་མཁས་པ་ པས་སང་ཉིན་རང་བྱ་བ་གསོ་ཁང་ལ་བཙོལ་གྱི་ཡིན་
ཞིག་ཡིན་པ་དང་། ཉིན་རྒྱུ་པར་ལས་གྱུར་འགྲོ་ པས་སྤྱག་རོགས་གནང་རོགས་”ཞེས་ཁྱུས་པར།
དགོས་ཀྱི་ཡོད་ཀྱང་བུ་དྭེ་རྗེ་ནང་ལ་བཞག་སྒྲོས་མ་ ཨ་ཙག་གཡུ་སྒྲོན་ལགས་གྱིས་ཡིན་དང་ཡིན་ཞེས་
བཟོད་པར་རྒྱབ་དྲུང་འཁྱུར་ཏེ་མཉམ་ལས་གྱི་ལས་གྲུ་ བཞད་པ་མ་ཟད་དུ་དྲུང་རོན་བྱ་བ་ལ།

ཡོད་སར་བྲིད་འགྲོ་གི་ཡོད། ཆུ་ལ་དེ་གྲོང་པ་བྱིམ་ “དེ་འདྲུ་ཡིན་ན་གཟུང་སྐར་འཕྲོད་སྒྲོར་
མཆོས་ཆོས་མཆོང་ནས་རོགས་རམ་གང་ཐུབ་ཞུ་བཞིན་ བཟང་པོ་འཁེལ་འདུག་ལ། འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁ་དཔེར་
ཡོད་པ་མ་ཟད་ལྷག་པར་ཨ་ཙག་གཡུ་སྒྲོན་དང་། ཡང་། ཕུར་བུར་རྩ་བ་བཙུགས་ན་བཟང་། ཟེར་
ཅོག་རྩིབས་རྒྱལ་བཟུང་འཆོ་གཉིས་ནས། བཞད་སྒྲོལ་ཡོད་པས། སང་ཉིན་ནི་མ་བཞེགས་
རྩི་རྩིག་ཡག་པོ་བྱེད་གྱི་ཡོད། ཟེངས་ཤིག་ཨ་ འགྲིགས་པའི་བཞེན་འབྲེལ་བཟང་པོ་ཞིག་རེད། ང་
ཙག་གཡུ་སྒྲོན་དང་། ཅོག་རྩིབས་རྒྱལ་གཉིས་གྱིས་ རང་གཉིས་མཉམ་དུ་ཐེབས་དང་”ཞེས་བཞད། དེ་
རོན་བྱ་བ་ལ། མས་པ་དོན་བྱ་བ་གྱིས་སང་ཉིན་འགྲོ་ཆུང་གྱི་སྤྱི་གྲུས་།

“རྒྱུ་པར་བྱ་ལས་གྱུར་སར་བྲིད་བྱིན་ན་ སང་ཉིན་ཞོགས་པ་གནམ་ངོ་ཤིན་དུ་དྲངས་
གང་ཅིར་སྐབས་བདེ་པོ་མེད་པས། དེ་ལས་ས་ཁུལ་ ལགས་མཛོད་གཉིས་གཞིན་ཕྱི་འོད་མངའ་ས་རྩི་ཐོན་

གྲང་ཁྱེར་ཡིང་ས་ལ་ཕྱགས་མེད་དུ་བྱལ་པས་གྲང་ཁྱེར་ འདྲ་བར་སྐད་ཅིག་ཀྱང་རྒྱུ་དབང་མེད་པར་འབྱུག་
དེའི་དགེ་ལེན་ཁྱེད་ཀྱིས་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་ཅི་འདྲའི་མཛེས་ ཅམ་ཞིག་ལ་དུས་ཀྱི་བྱང་ཆ་གསུམ་ཅམ་ཞིག་སྤོང་
རྒྱུ་ལྡན་པ་དང་། བར་བསྐྱོར་གྱི་ནང་དུ་མི་ཆོགས་ དང་། སྤྱི་ལོ་༡༩༠༠ལོའི་སྤྱི་མ་གསར་བརྒྱུ་རྒྱལ་
ཀྱིས་ཁོངས་གཏོང་། གཡས་གཡོན་གང་ས་ནས་སྤྱོད་ ས་དོན་གྲུབ་ཀྱིས་བུ་དྲེ་ཆེ་བྲིད་དེ། གྲང་ཁྱེར་སྤྱོད་ཆུང་
ལ་འཛེབས་པའི་མཆོད་དབྱངས་ཀྱི་དབྱངས་ཏྲ་ཐོས་ དང་པོའི་ནང་སྤྱོད་བཞུགས་ཤེད་ཆུ་འཛོལ་ཤོད་ཤེད་པར་
ཆུ་ཡོད་ཅིང་། ཕྱགས་བཞིའི་བྱི་བསང་གི་དུད་སྤྱོད་ བསྐྱོད། སྤྱོད་བཞུགས་ཀྱི་གོ་སྐབས་ཐོབ་པ་དང་། སྤྱོད་
དགྲུང་རྒྱུ་དེའི་དབྱངས་སྤྱོད་ནས་འཕྲུལ་བ་སོགས་ཀྱིས་ སྤྱི་མཆོག་ནས་ས་པོན་གྲུབ་ལ།
ལྷ་ལྷན་གྲང་ཁྱེར་དེའི་མིང་དོན་མཆུངས་པའི་ཆོས་ སྤྱི་ལོ་བདུན་པའི་ཆོས་གཅིག་ཉིན་ནས་
ལྷན་གྱི་ཁོང་ཁམས་ཤིག་དུ་མཛོན་པར་བྱས། ཨ་ སྤྱོད་དུས་གསར་པ་འགོ་ཆུགས་ཆུ་ཡིན་པས་ཞོགས་
ཅག་གཡུ་སྤྱོད་ལགས་ནི་བྲེལ་བྲེལ་ཆུ་བ་ཆུ་བ་ཀྱིས། ས་ཆུ་ཆོད་བདུན་པའི་ཐོག་དུས་འགྲངས་མེད་པར་
ལག་གཡས་པར་བུ་དྲེ་ཆེ་འི་རྒྱ་པ་བྱུག་པའི་ཁྱག་མ་ འཕྲོར་ཐོ་འཤོད་པར་ཡོང་དགོས། དེའི་ཉིན་འཛིན་
ཆུང་ཆུང་ཞིག་ཁྱེར། ལག་གཡོན་པར་ཤེལ་གྱི་ཕྱོད་ བྱ་དང་དགོ་ཆན་བཞོད་སྤྱི་ལོ་ལྔ་ལ། སྤྱི་ག་
བ་དངུལ་གྱི་བུ་ཤར་ཅན་ཅན་ཞིག་བཟུང་སྟེ། མི་མཆི་བརྒྱུ་ ཆས་ཀྱང་གནང་གི་རེད། གསུངས་པར་ས་པོན་གྲུབ་
ཞེས་མཆི་འདོན་བཞིན་གར་རེར་ས་ཁུལ་གྱི་བྲུག་སོ་ ཀྱིས། ཕྱགས་ཆེ་ཆེ་ལྷ་བཞིན་པར་བུ་དྲེ་ཆེ་ལག་དུ་བྲིད་
ཁང་གི་སྤྱོད་སྤྱོད་པ་དང་། དོན་གྲུབ་ཀྱང་ ནས་སྤྱོད་སྤྱོད་དང་ཁ་བྲལ་ནས་ནང་དུ་ལོག་
བུ་དྲེ་ཆེ་ཆུ་བ་དུ་འཁྲུངས་ནས་ཨ་ཅག་གཡུ་སྤྱོད་གྱི་ཆེས་ དེ་ནས་ཉིན་གཉིས་གསུམ་རིང་ས་པོན་གྲུབ་
སྤྱོད་པ་དང་། ཁོང་གཉིས་བྲུག་སོ་ཁང་དུ་འཕྲོར་མ་ ཀྱིས། བུ་དྲེ་ཆེ་ལྷ་ལྷན་གཅུག་ལག་ཁང་དང་། གནན་
ཐག་འགོ་ལུགས་ཁག་གཉེར་ནས་བུ་དྲེ་ཆེ་བྲུག་སོ་ཁང་ ས་གསུམ་དེ་བཞིན་ལྷ་སའི་སྤྱོད་ཁག་བཞི་སོགས་ལ་
གི་མ་མར་ཅིས་སྤྱད་དེ་རང་རང་སོ་སོར་བྱེས། ཆོས་མཇལ་ལ་བྲིད་ནས་སྤྱོད་སྤྱོད་མཐར་ཕྱིན་ཏེ།
ཨ་ཅག་གཡུ་སྤྱོད་ལགས་ནི་འཆར་ཅན་གྱི་ འཕྲུང་འཕྲུར་ཤེས་ཡོན་ཅན་བཟང་པོ་ཞིག་ཡོང་བའི་
སྤྱོད་སྤྱོད་ལ་ཕྱིན་པ་དང་། ས་པོན་གྲུབ་ནི་མཉམ་ལས་ སྤྱོད་ལམ་ཟབ་ཆུས་བྲལ་པ་མ་ཟད། བུ་དྲེ་ཆེར་ཡང་
ཀྱི་ལས་ཀར་བསྐྱོད། སྤྱོད་གོང་སྐབས་རེ་ཨ་ཅག་ སྤྱོད་ལམ་འདེབས་སྤྱོད་བུ་ཤར་
གཡུ་སྤྱོད་ལགས་ཀྱིས་བུ་དྲེ་ཆེ་པར་སྤྱོད་ཆུང་བསྤྱོད་ དེ་ནས་སྤྱི་ལོ་བདུན་པའི་ཆོས་གཅིག་གི་ཞོགས་
པ་དང་། སྐབས་རེ་ས་པོན་གྲུབ་རང་ཉིད་ནས་ཤེད་ ས་པོན་གྲུབ་ཀྱིས་ཆུ་ཆོད་ལྷ་པ་ཅམ་ལ་ཡར་ལངས།
ཀྱིས་ཡོད། དུས་ཆོད་ནི་རི་གཟར་གྱི་འབབ་ཆུ་དང་ ཆུ་ལྷན་གྱི་ཞོགས་ལས་ནམས་བྱས། གང་མཆོམས་

ནས། བུ་དྲེ་ཡར་བསྐྱངས་པ་དང་། རྒྱུ་ལྡན་གྲུ་ས་ པ་དང་། གཙུ་རྒྱུང་པས་བྱིས་པ་དག་དང་། སྒྲིབ་
ཏེ་སྒྲིབ་གྲིན་གོས་གཙང་མ་གཡོག་ ཞེས་ཟེར་སྟེ་ སྤྱག་གསར་པ་ནམས་ལ་འཆོམས་འདྲི་དང་། སྒྲིན་
ནས་ཆུ་ཆོད་བདུན་པ་མ་ཟིན་ཅམ་ལ་། ས་དོན་གྲུབ་ འགྲོའི་གསུང་བཤད་གནང་བ་དང་འབྲེལ་སྒྲིབ་སྒྲིབ་
དང་བུ་དྲེ་མོ་གཉིས་ནང་ནས་ཐོན་ཁར་ཨ་ཅག་གཡུ་ ལགས་རེ་སྒྲིབ་ཞུས་པ་དང་། སྒྲིབ་སྒྲིབ་མཆོག་ནས།
སྒྲིན་ལགས་དང་། ཅོག་སྒྲིབས་ཀྱི་ལ་གཉིས་ནས་བྱ་ བྱིས་པ་དག་དང་སྒྲིབ་སྤྱག་ཡོངས་ལ་འཆོམས་འདྲིའི་
དྲི་རྒྱུ་ཁ་བཏགས་ཉི་བདེ་དཀར་གཙང་ཞིག་གཡོག་ བཟ་གིས་བདེ་ལེགས་ཞུས་པ་དང་། ཆབ་ཅིག་བྱིས་
བཞིན་པར་སྒྲིབ་སྒྲིབ་ལག་པོ་བྱེད་དགོས་པའི་བསྐྱབ་ བདག་ཆོར་རེ་བསྐྱེད་གྲི་གསུང་བཤད་གནང་དོན།
བྱ་དང་། སུ་ཆུ་ཆོད་པ་གཏུགས། དེ་ནས་ས་དོན་ “དེ་རིང་འདྲི་ལེགས་པའི་བྱམས་ལྷན་གྱི་
གྲུབ་བྱིས་བུ་དྲེ་མོ་རྒྱུ་ལྡན་གྲུ་བཟུང་ནས་ བྱིས་པ་དག་ནམ་པ་ཆོ། བྱེད་རང་ཆོའི་བྲོད་ནས་ཁ་
སྒྲིབ་ཆུང་དང་པོའི་སྒྲིབས་སུ་བསྒྲིབ་སྤྱག་སྒྲིབ་གྲུའི་ ཅིག་འདས་པའི་ལོའི་ནང་ཆོགས་འདྲུ་འདྲིའི་སྒྲིབ་ལེགས་
གཞུང་སྒྲིབ་མདུན་དུ་ས་ཁུལ་ཁག་གི་སྒྲིབ་སྤྱག་སྒྲིབ་ ཆུང་བ་རེད། འོན་ཀྱང་ཁ་ཅིག་ད་ལོ་གསར་དུ་ལེགས་
མཁན་སྒྲིབ་སྒྲིབ་ཆུང་ས་འཁོར་དང་། འཛིན་སྐྱོང་། པ་ཡིན་པ་མོང་ཅང་ངས་སྤྱན་བསྐྱེད་ཆུང་བདེ་ཞུས་ན་
རྒྱུ་ལྡན་གྲུ་ སྒྲིབ་བཏང་པ་མ་ཆང་མ་རང་གི་སྤྱ་ བསམས་བྱུང་། སྒྲིབ་བཏང་པ་མ་ཆང་མ་རང་གི་སྤྱ་
པར་བྱེད། མཆོག་གས་གྱི་འདྲུ་ཡོང་གྲིག་མའི་ཆང་དོལ་ གྲུ་དེ་ལག་པོ་ཞིག་དང་བཟང་པོ་ཞིག་ཡོང་ཐབས་ལ་
བརྟུན་པའི་བྲོད་དུ་ས་དོན་གྲུབ་ཡང་བུ་དྲེ་མོ་ལག་ཏུ་འབྲིད་ སྤྱགས་རེ་དང་། འཕྲར་ཆེ་བཞེས་གནང་མཁན་གྱི་
དེ་དཔུང་པ་མཉམ་བཞེས་གྱིས་སྒྲིབ་གྲུའི་གཞུང་སྒྲིབ་ སྤྱག་རེད། ཡིན་ནའང་པ་མ་ཁ་ཅིག་གིས་སྤྱག་རྒྱུར་
བཟུང་ཐང་ཆེན་ཐོག་ཏུ་བསྒྲིབ་ནས་འཛིན་གྲུ་དང་དགེ་ གཙུ་སྒྲིབ་ཆ་དགས་ནས་སྤྱག་དེ་རིན་ཆུང་དུ་གཏོང་།
གན་བཏོད་སྒྲིག་བྱེད་རྒྱུར་བསྐྱེད་ནས་བསྐྱེད་ གི་འདྲུག་ དེའི་ཐད་ངས་གལ་པོ་ཆེ་ལ་ནུ་ཏན་གྱི་དཔེ་

བུ་དྲེ་མོ་དཔེ་ཁྲུག་ཆུང་ཆུང་ཞིག་ཀྱི་བཏུ་ ལྷར་ཞུས་ན། ལོ་ཁ་གས་སྒྲིན་ཀྱི་ནུ་ཀྱི་བྱིས་ཆང་
འཕྲར། སྒྲིབ་པ་བྱིས་འཆོས་ཨ་ཅག་གཡུ་སྒྲིན་གྱིས་ ཞིག་ལ་མ་གཅིག་བྱ་གཅིག་ལས་མེད། དེ་འདྲུ་མོང་
གཡོག་པའི་ཁ་བཏགས་དཀར་གཙང་དེ་གྲིན། གཏོང་ ཨ་མས་བུ་དེར་ད་ཅང་གཙུ་པོ་བྱས་ནས་སྤྱག་ལོན་
ལ་དགའ་སྒྲིབ་འཕྲུལ་མདངས་ཀྱི་རྣམ་པས་ཁེངས་ གང་ཅམ་མོན་ན་ཡང་ཁ་ལག་ཨ་མ་རང་ཉིད་ནས་
བཞིན་དུ་གཡམས་གཡོན་གྱི་སྒྲིབ་སྤྱག་དག་ལ་ཞིབ་ལྷ་ ལྷར་བ་དང་། གྲིན་གོས་ཐམས་ཅད་ཨ་མ་རང་ཉིད་
བྱེད་བཞིན་དུ་གནས། ཆུ་ཆོད་བདུན་པའི་སྒྲིབ་སྒྲིབ་ གྱིས་གཡོག་པ་མ་ཟད་སྤྱག་སྒྲིབ་གྲུར་འགྲོ་བའི་སྤྱགས་
སྒྲིབ་དང་། དགེ་གན་ཆང་མ་ཐང་ཆེན་ཐོག་འཛོམས་ དདུལ་མང་པོ་སྒྲིབ་པ་དང་། དེ་བཞིན་ནང་སྒྲིབ་པ་ཀུར་

བའི་སྒྲིབ་ཆོན་ཁག་ཕྱ་གུ་རང་ཉིད་བྱིས་རུ་མ་བཅུག་ “ཁྱེད་དང་ཨ་མ་གཉིས་ཐ་མའི་ཐུག་
པར་ཨ་མ་ཁོང་རང་གིས་བྱིས་པ་དང་། སྐབས་ འཕྲད་ཡིན་པས་སྐད་ཆ་ཡོད་ན་གོད།” ཅེས་བཤད་
རེ་ཨ་མ་དང་བྱ་མཉམ་དུ་བརྟན་འཕྲིན་ལ་བསྐྱེད་ནས་ པར་ཁོས་འདི་ལྟར།

མགོ་འཁོར་དང་། སྐབས་རེ་སྒྲིག་འཕྲུལ་ཅེ་ཆས་ལ་ “ཨ་མ་ལགས་ང་ཡུན་རིང་འོ་མ་འཐུང་
མགོ་འཁོར་ནས་སྡོད་པ་སོགས་བྱས་ཀྱིན་ཕྱ་གུ་དེ་ རྒྱ་མ་བྱུང་། ད་ཆ་ང་གི་ཁར་ཐུག་པས་འོ་མ་ཁ་གང་
གཅེས་སྐད་དང་། སྒྱིད་ཕྱག་དུ་གྱུར་ཏེ་སྒྲིབ་ཚུང་གི་ རྩིས་འོགས་གནང་།” ཞེས་བཤད་པར་ཨ་མས་ཀྱང་
དུས་ནས་ཡིག་རྒྱགས་སྐབས། སྒྲིབ་ཆོན་གཅིག་ནས་ ཁོའི་རེ་བ་ལྟར། འོ་མ་རྩིས་བས། ཁོས་ཨ་མ་འི་རྒྱ་
གཉིས་བར་རྒྱགས་མ་སྡོད་པར་བསྐད་གྱི་ཡོད། འོན་ མར་སོ་བརྒྱབ་སྟེ་ཨ་མ་རང་སར་བསལ་པ་དང་། ཁ་
ཀྱང་དགོ་ཆོན་གྱིས་འཐུང་འཐུང་ལ་དམིགས་ནས་ ནས།

ཐབས་ཤེས་གིས་ཡིག་རྒྱགས་སྡོད་པའི་ཁྲུང་ས་སུ་ “ང་ལ་མ་འདི་ལྟ་བུའི་ཐོག་གཏོང་མཁུན་
བཞག་ནས་འཛིན་གྱི་གོང་དུ་གཏོང་གི་ཡོད། ཨ་མ་ཁྱེད་རང་ཡིན། དང་ཐོག་ང་སྒྲིབ་གྱུར་འགོ་

དེ་ལྟར་བྱས་ན་འང་སྒྲིབ་སྒྲིབ་ལ་ཡར་རྒྱས་གི་ དུས་དངུལ་མང་པོ་སྤྲད་པ་དང་། ད་དུང་ངས་སྤོང་
རྒྱུ་པ་མེད་པར་བརྟེན། འཛིན་གྱི་དགོ་ཆོན་ནས་ པའི་ནང་ནས་ཕྱ་གུ་འི་ཅེ་ཆས་དང་། དེ་བཞིན་
ཁྱིམ་བདག་ལ་སྤྱ་གུའི་སྒྲིབ་ཞུས་པ་དང་། འཐུང་ སྒྲིབ་ཕྱག་གཞན་གྱི་དེབ་ཆས་ཁྱེར་ཡོང་བ་ཆང་མ་བྱེད་
འཐུང་ཕྱ་གུའི་སྒྲིབ་སྒྲིབ་ཡར་རྒྱས་ཐང་མཉམ་རུབ་ མི་རུང་བ་ཡིན་པ་ཤེས་བཞིན་དུ་བསྐྱེད་བྱ་མ་བརྒྱབ་
བྱེད་དགོས་པའི་རེ་བ་བྱས་ཀྱང་། དེ་ལས་སྒྲིག་སྟེ། པར་བཞག་པའི་རྒྱུ་གིས་ད་ཆ་ང་ལ་མ་འདི་འི་
རྒྱར་དགོ་ཆོན་ལ་རྒྱུར་ངན་པ་བརྟན་ནས་སྤྱ་ ཐོག་’ཞེས་དུ་བཞིན་བཤད་པ་རེད། བྱས་ཅང་ངས་
མཐའ་མ་བྱ་དེ་འབྲང་རིམ་སྒྲིབ་གྱུར་འགོ་སྐབས་རྒྱན་ གོང་དུ་ཞུས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་གནམ་དེ་འདྲིར་ཡོད་པའི་
པོ་ཆགས་ཏེ། དངུལ་གྱི་ཆེད་དུ་མི་བསལ་ནས་བཅོན་ བརྟེན་ཆང་མས་དགོངས་པ་ཡག་པོ་བཞེས་ནས་རང་
དུ་ཆུད་ནས་སོག་ཐོག་བཏང་རྒྱུའི་ཁྱིམ་ཐག་བཅད། ཉིད་ཀྱི་ཕྱ་གུ་སྒྲིབ་བྲལ་ངང་ཆར་ལོངས་ཡོང་རྒྱར་ང་
སོག་མ་བཅད་པའི་ཉིན་གཅིག་གི་སྡོན་ཨ་མ་དང་བྱ་ ཆོ་དགོ་ཆོན་དང་མཉམ་རུབ་གནང་རྒྱར་ངས་རེ་བ་
གཉིས་མཐའ་མའི་ཐུག་ཕྱད་གྱི་གོ་སྐབས་སྤྲད་ནས། དང་ཡིད་ཆེས་ཁྱུ་བཞིན་ཡོད།’ ཞེས་དང་།
ཁྱིམ་དཔོན་གྱིས་བྱ་དེ་ལ། ཡང་སྒྲིབ་སྒྱུ་མཆོག་ནས།

“སྤྱི་ཡུག་ཆོས་ཀྱི་རང་ཉིད་མི་བཟང་
པོ་ཞིག་དང་། འདྲིན་ཐང་ཅན་ཞིག་ཡིད་གུར་ད་ལྟ་
ཆུང་དུས་ནས་སྤྱི་ཡུག་པོ་བྱེད་པ་དང་། སྤྱི་
འཁོར་གྱི་ཁྲིམས་ཤིང་། དགེ་ཆུན་། སྤྱི་ཡུག་
ཀྱི་ཤར་ལ་བརྟེན་ནས་ཁོང་ཆོད་བསྐྱེད་བྱ་བ་བཟང་པོ་
ནམས་སེམས་ལ་བཞག་སྟེ། སྤྱི་ཡུག་ལ་འཕྲོད་ཕྱི་
ལོག་བྱེད་པ་ལས། ཕྱི་འཕྲོད་ལ་ལོག་ཅ་བ་ནས་བྱེད་
མི་རུང་ལ། ཉིན་རེ་ལྟར་ཆོད་ཆོད་ཁག་ཉིན་རེ་གཙང་
མ་འབྲེས་ནས་དགེ་ཆུན་ལ་འབྲུལ་ཞུ་དགོས།” ཞེས་
གསུངས་བཤད་བྱུང་མཆོམས། དེར་འདྲུས་པའི་བྱིས་
བདག་ཆང་མས་སྤྱི་ཡུག་མཆོག་ལ་དགའ་སྤྱོད་ཐལ་
སྤྱོད་མེད་བཅུ་པ་དང་། དེ་ནས་གཙོ་བོར་པས་
ཆོག་སྤྱོད་འདྲེ་མེད་པ་ལྟར་མ་ཐག་འདྲིན་གྱི་ཆོག་སྤྱོད་
ཆུང་དུས་བཅུ་དགེ་ལ་བཅུ་པ་དང་། སྤྱི་ཡུག་ཀྱིས་བྱ་
དྲི་རྩེ།

“བྱ་ཆུན་ལགས་ཀྱི་ཞལ་ལ་ཡག་པོ་ཉིན་
ཡང་། སྤྱི་ཡུག་གཞན་དང་རྒྱུག་རེས་མ་བརྒྱུ་
པར་སྤྱི་ཡུག་པོ་བྱེད་རྒྱུ་སྟེ།” བཤད་པར། བྱ་
དྲི་རྩེ།

“པ་ལགས། ངས་ཤེས་སོང་། དེ་ཉིད་
རང་ལོག་ཐེབས། ངས་ཆུན་ལགས་ལ་ཁོང་ཁྱོད་སྤྱོད་
མ་ཡོང་།” ཞེས་བཤད། དེ་ནས་བྱིས་བདག་དང་
སྤྱི་ཡུག་ཆོས་རང་རང་སོ་སོར་བྱིས་ཏེ་ཁྱུག་ཅམ་
ཞིག་ལ་གྲོག་ཆང་དྲི་ལ་བརྟེན་བྱེད་མཆོག་སྤྱོད་ཡོང་
ཆེ་པའི་ཁོར་ཡུག་དེ་འདྲམ་ཐིང་ཐིང་དང་ཁྱེད་སེམས་མེར་

བྱུར། སྤྱི་ཡུག་ལ་བྱ་དྲི་རྩེ་དང་ཁྱེད་སྤྱོད་
ཤར་རེ་མཉམ་ལས་ཀྱི་ལས་བྱར་བསྐྱེད། དེ་ལྟར་
སྤྱི་ཡུག་ཀྱིས་ཞིག་སྤྱོད་ལ་འཕྲུལ་དང་། ཁོང་ཕྱི་
ཉལ་གྱིས་བྱིས་ཆང་ཆུང་ཆུང་འདི་ཆ་སོ་སོར་བཅུག་
དང་། ལྟག་པར་རང་ཉིད་ཀྱི་དཔལ་བའི་ཞིག་དང་
། ཁོག་པའི་སྤྱོད་དང་འདྲ་བའི་བྱ་འདི་ཤེས་བྱ་ཡོན་
ཏན་ལྟར་པོ་ཞིག་ཡིད་ཆུང་རེ་བས་ཏྲག་ཏུ་དགོན་
མཆོག་ལ་གསོལ་བ་སྤྱོད་ལམ་འདེབས་པ་དང་། བྱ་
ལ་ཡང་ཡག་པོ་བྱེད་དགོས་པའི་སྤྱི་ཡུག་སོ་ཡང་
རྒྱུག་གི་ཡོད། སྤྱིར་བཏང་སྤྱི་ཡུག་ཀྱིས་བྱིས་
གཞིས་བཟུང་དུས་རང་ལོ་བཞི་བཅུ་ལ་ཉེ་བ་སྤྱོད་
ཟེན་པ་དང་། ཁོང་ནི་སྤྱི་ཡུག་ཀྱི་སྤྱོད་པའི་
ཅམ་གྱི་མཆོག་ཡང་། མི་བཅས་ཆགས་པོ་དེ་
དེ་བས་རྒྱུང་ནར་ཅམ་ཡོད་པའི་ཐོག་གི་མེད་ག་
དགར་ལ་སྤྱོད་ཤིང་ཤིང་། དེའི་སྤྱོད་ཞིག་གཉིས་ཤིང་
ཞིང་སྤྱོད་མ་རྒྱུག་ལ་གཟེ་མ་རིང་བའི་མི་བག་བྱིས་
ཡོད། རྒྱུ་ཀྱན་ཆང་རག་མི་འཕུང་ལ། ཁྱེད་
ཆུང་བའི་མི་བཟང་པོ་ཡོང་པ་བྱིས་མཆོས་དང་། ལས་
བྱེད་མི་ཀྱན་གྱི་ཡོད་ཆོས་བྱེད་སྤྱོད་དང་། དགའ་བུས་
ཁྱེད་ལ་ཞིག་རེད། བྱ་དྲི་རྩེ་ནི་བྱ་ལས་བརྟེན་བཀའ་
དྲིན་ཅན་གྱི་པ་དང་། སེམས་བཟང་ཅན་གྱི་ཡོང་པ་
བྱིས་མཆོས་ཆོད་མ་ཁྱེད་པ་མེད་པའི་བྱུག་སྤྱོད་
ལོག་ཆང་ཡོངས་བྱུང་སྟེ། གཟུགས་སྤྱོད་ཆེ་ལ་ཁ་
འབྲས་མཆོར་བཅུ་དང་། སྤྱི་ཡུག་དག་ལ། ཞེས་
མཁས་པ། སྤྱི་ཡུག་ལྟར་ལ། ཆུན་གཞིན་དཔར་

གྲུ་ཞབས་ཆེ་བ། སྒྲུ་སྒྲུ་ལ་བཅོན་ཞིང་གལ་སྒྲུ་
པ་སོགས། གཡས་གཡོན་སྒྲུ་པོ་ཀྱན་གྱིས་བུ་རྩོ་
རྩོ་ཞེས་དགའ་པོ་དང་། བྲམས་པ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་
པ་མ་ཟད། ཞི་བདེ་དང་སྒྲུ་སྒྲུ་གི་ཁེངས་པའི་ཕ་
བྲུག་ཉིས་ཀྱི་བྲིས་ཆང་ཆུང་ཆུང་དེར་ཡིད་སྦྲོན་མི་བྱེད་
མཁན་མེད།

དུས་ཚོད་ནི་འཛིག་རྟེན་སྟོན་གི་འགྲོ་འགྲོགས་
སྟོན་དེ་ཡིན་པས། ཡང་མིག་ཡུན་ཙམ་ཞིག་ལ་ལོ་
ངོ་བདུན་མོང་ཟེན་པ་དང་། བུ་རྩོ་རྩོ་ཡང་རང་ལོ་བུ་
བཞི་ལ་སོན་པ་དང་གྲོང་ཁྱེར་སྒྲོ་བ་ཆུང་དང་པོ་མཐར་
སོན་ཏེ། ད་ཆ་སྒྲོ་བ་གསར་པ་ཞིག་ལ་འགྲོ་བའི་
བྲུགས་བྱེད་བཞིན་ཡོད། ཁོང་གཉིས་དང་འབྲེལ་བར་
བྲིས་བདག་དང་སྒྲོ་བ་སྒྲུག་གཞན་ཡང་རང་ཉིད་ཀྱི་
སྒྲོ་ལ་ཡོད་པའི་སྒྲོ་བ་གྲུ་ཞིག་ལ་མིག་བརྒྱ་བྱེད་བཞིན་
ཡོད་པ་ནི་སྒྲོ་བ་ཅི་དགོས། འོན་ཀྱང་དབྲར་
ཀའི་ཁྲ་བ་གཅིག་དང་བྱེད་ཀྱི་དགྲ་མེད་དེ་སྦྱིད་པོ་
དང་། རྩོད་པོ་ཞིག་གཏོང་བྱུར་གཞི་རིམ་གྱི་སྒྲོ་བ་
སྒྲུག་ཅིག་གི་ངོས་ནས་འདོད་པ་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་ཆང་
མས་ཤེས་གསལ་རེད།

འདས་པའི་ལོ་ཁ་ཤས་ཀྱི་སྒྲོན་ནས་བྱི་བྱུ་ལ་
ཡུལ་གྲུ་གཞན་དང་། རྒྱག་པར་བྱ་ནག་གི་
འུགས་སྒོ་ལ་རྒྱ་བུར་སྒྲོ་བ་གྲུ་དགྲ་མེད་སྐུ་མས་ཕ་མས་
སོ་སོའི་བྲུ་གྲུ་བྲིད་ནས་བྲིས་པའི་པོ་བྲང་དང་། མི་
དམངས་སྤྱི་སྤྱིང་། དེ་བཞིན་དེད་དུས་དར་བྱས་ཆེ་
བའི་སྒྲོ་བ་འཕུལ་ཅི་ཆས་(videogame) ཁང་

དུ་ཅི་དམ་ཅི་བར་འགྲུ་བྱུར་ཏེ་ཅང་གི་དགའ་པོ་བྱེད་
པའི་དུས་ཚོད་ཞིག་ཡིན། དེར་བཞེན་པ་དོན་གྲུ་བ་
ཀྱིས་བསམ་པར་ཡང་རང་ཉིད་ཀྱི་བྲུ་ཆུང་དུས་ནས་
ཨ་མ་འདས་གོངས་སུ་གྱུར་ནས། ཨ་མའི་བྲམས་
སྒྲུང་སྟོན་མེད་ལ། བྲུ་གྲུ་གཞན་དང་འབྲེལ་བར་ཕ་མ་
མཉམ་དུ་སྤྱིང་ཀ་གཏོང་བ་སོགས་ལ་འགྲུ་བྱུར་གཏན་
ནས་མེད། ད་ཆ་བྲུ་ལོ་ན་གང་ཙམ་སོན་པ་མ་ཟད་
སྒྲོ་བ་ཆུང་ཡང་མཐར་བྱིན་ཟིན་པས། ད་རེས་རང་
ཉིད་ཀྱང་མཉམ་ལས་ཀྱི་འགོ་བྱེད་ལ་ཉིན་ཁ་ཤས་ལས་
ཀ་དགོངས་པ་ཞུས་ཏེ་བྲུ་བྲིད་ནས་ཞོར་བྲུ་སྤྱིང་ཁ་དང་
། བྲིས་པའི་པོ་བྲང་སོགས་ལ་འགྲུ་བྱུར་ཐག་བཅད།
སང་ཉིན་ཞོགས་པ་པོ་དོན་གྲུ་བ་ཀྱིས་ཆར་ཙམ་གྱི་ལས་
ཀ་ནམས་ཆར་མཆམས། བུ་རྩོ་རྩོ་ཡར་བསྐངས།
ཁོང་གཉིས་ཞོགས་བཟས་ཟས་ནས་སྟོན་བྱེད་སྤྱི་སྤྱིག་
བྲུས།

དེ་ཉིན་ཞོགས་པའི་ནམ་མཁའ་ཤིན་ཏུ་
གདངས་ཤིང་ཉི་འོད་རབ་ཏུ་འསྐྱོ་བའི་འོག་ བྲིས་
བདག་མང་པོ་རང་རང་གི་སྒྲུ་གྲུ་བྲིད་དེ་ཞོར་བྲུ་སྤྱིང་
ཁ་དང་། བྲིས་པའི་པོ་བྲང་བཅས་ལ་ཆང་ཁ་ཤིག་
ཤིག་ངང་སྤྱི་སྤྱིད་གཏོང་བ་ནི་ཡངས་ཤིང་བྱ་ཆེ་བའི་
སྤྱིད་ཆལ་ནང་བག་ཡངས་སུ་ཅི་དགར་བྱུ་བའི་ཆོན་
མདངས་ནམ་པར་བྲུ་བའི་འབྲུ་ཅམ་ཅེ་ལྟ་མོ་(ཕྱེ་
མ་ལེབ་)དང་གཉིས་སུ་མ་མཆིས། པ་དོན་གྲུ་བ་
ཡང་། བུ་རྩོ་རྩོ་ཞོར་སྤྱིད་དུ་བྲིད་ནས་ཁོང་ཡུག་ངོ་
སྤྱོད་དང་། རྒྱལ་དབང་མཆོག་གི་པོ་བྲང་ཁག་ལ་མཇལ་

ཁ་ཁྱེད་འཛིན་མཐུན། གཅན་གཟན་ར་བར་སྒྲུབ་ས་པ་
དང། བྱ་དྲི་རྩེ་ནི་དྲི་རྩེ་གཅན་གཟན་དང་རི་དྲགས་
མཛོན་སྤྱོད་མཐོང་མྱོང་མེད་པས། ད་ཆ་ག་བ།
གོ་བ། ན་བ། མ་བ། རི་བོང་། མ་བ། དང་བ།
དབྱེ། གཟིག་ཡག་ཤོད། ད་དྲུང་ག་ཏུ་མ་དག་ཅན་
གྲོ་དོམ་ནག་དང། ལུས་ཅུ་ལ་ཆེ་ལ་རྩོད་ཆུགས་གཏན་
ནས་མེད་པའི་སྤྱེད་ཆུང་ས། བཅོས་མའི་བྲག་རྩེ་
དུ་ས་མཆོངས་གནམ་མཆོངས་དང། ལྷ་དུ་མོ་བ་
ཆོས་རྩེ་པའི་བྲག་ལེ་བ་དང། བྱ་རི་ལ། ཀླུ་བཅས་
ཡན་ཆུན་འཕྲོག་རེས་ཀྱིས་བྲག་རྩེ་དུ་བདེ་ཅུ་ལ་ཆེན་
པོས་རྒྱགས་པ་དངོས་སུ་མཐོང་སྐབས་དགའ་ཞིང།
ཁོ་རང་ཡང་མཉམ་དུ་ས་མཆོངས་གནམ་མཆོངས་
ཀྱི་དང་རྒྱང་བཤིངས་སུ་གཤེད་ས་ནས་དུས་ཆོད་མོང་
བ་ཀྱང་མ་ཆོར། ཕ་དོན་གྲུབ་ཀྱང་བུའི་འདོད་པར་
བརྩམས་ཏེ་མཉམ་དུ་སྤྲོག་ཆགས་ཁག་ལ་ལྷ་བཞིན་ཆུ་
ཆོད་གསུམ་ཅམ་བཅུད།

དེ་ནས་ཕ་དོན་གྲུབ་ཀྱིས་བྱ་དྲི་རྩེ་བྲིད་ནས་
ནོར་སྒྲིང་སྐལ་བཟང་ལོ་བྱང་དང། མཆོ་
དཀྱིལ་པོ་བྱང་བཅས་ལ་མཇུག་ཁ་ཁྱེད་འཛིན་མཐུན་
རེས་བཞིན་ནོར་སྒྲིང་དང་ཁ་བྲལ་ཏེ་གར་རེར་པེ་ཅིང་
དཀྱིལ་ལམ་གྱི་གཡས་སྤྲོགས་སུ་ཡོད་པའི་སྤྲོག་འཕྲུལ་
ཅིང་མོ་ཁང་དུ་འདྲུལ་ནས། དེར་བྱ་དྲི་རྩེ་ཅིང་
མོ་ཆུ་ཆོད་གཅིག་ཅམ་ཅེ་རུ་བཅུག།

དགོང་དྲི་ཆུ་ཆོད་ལ་པ་ཡོལ་ཅམ་ལ། ཕ་
བྲག་ཉིས་དགའ་སྤྱོད་རྣམ་པས་ཁེངས་བཞིན་ལོག་
ཡོང་བའི་སྐབས། བྱ་དྲི་རྩེས།

“སྤྲུལ་གསལ། རྩེས་མ་ཡང་ང་ཅིང་མོ་ཅེ་
བར་བྲིད་རོགས་གནང།” ཞེས་བཤད་པར། ཕ་
དོན་གྲུབ་ཀྱིས།

“བྱ་རང་ལུ་མཐུད་སྤྱོད་སྤྱོད་ཡག་པོ་བྱས་
ན་རྩེས་མ་ཡང་སྤྲུལ་གསལ་ང་རང་གཉིས་ཕྱིན་ཆོག་གི་
རེད།” ཅེས་ཤོད་བཞིན་ནང་དུ་ལོག།

དབྱར་དུས་ཀྱི་དགྲང་མེད་རྩོགས་པ་དང། བྱ་
དྲི་རྩེ་ཡང་སྤྱོད་འབྲིང་བཅུད་པར་སྤྱོད་ཞུགས་བྱས།
སྤྱོད་སྤྱོད་ལ་སྤྲུལ་བཞིན་འབད་བཅོན་བྱས་པ་བཅུད་
སྤྱངས་འབྲས་གང་ལེགས་བྱང་ནའང་སྤྲོག་འཕྲུལ་ཅིང་
ཁང་ནང་སྤྲོགས་པོ་ཡོན་ཏན་དང་མཉམ་དུ་ཡང་ཡང་
འགྲོ་ཡོ་ཡོད། སྤྲོགས་པོ་ཡོན་ཏན་ནི་སྤྱོད་སྤྱོད་ལ་དོ་
སྤྱང་མེད་ལ། ཅིང་མོ་ཅེ་རྒྱ་དང། འབྲས་མས་རྒྱར་
དགའ་བའི་སྤྲུལ་ལོ་ལོ་ཅན་ཞིག་ཡིན། དེ་རྒྱར་ལོ་
ངོ་གཉིས་རྒྱག་ཅམ་གྱི་རིང་བྱ་དྲི་རྩེ་སྤྱོད་མེད་གི་དུས་
ཆོད་ཕལ་ཆེ་བའོན་ཏན་དང་མཉམ་དུ་བརྩུལ་ཡོད་པ་
དང། རེས་བཞིན་བྱ་དྲི་རྩེ་ཡང་སྤྱོད་སྤྲུག་ཏུ་གྱུར་ནས་
ཕ་དོན་གྲུབ་ལ་རྒྱན་ཞུན་དང་མི་འདྲ་བར་དདུལ་སྤྱོད་
འགོ་འཁྱགས། སྐབས་རེ་བྱ་དྲི་རྩེས་ཕ་དོན་གྲུབ་ལ།
སྤྲུལ་གསལ་ང་ལ་དདུལ་མེད་ན་སྤྱོད་སྤྲུག་གཞན་གྱི་སྤྱང་
སྤྲུག་ཟེར་མཐོང་རྒྱང་དང། བརྩམས་བཅོས་ཤོད་ཀྱི་
འདུག་ཟེར་བ་དང། སྐབས་རེ་དདུལ་མེད་ན་སྤྱོད་
གྲར་འགྲོ་གི་མིན་ཞེས་སྤྲོག་དུ་བཤད་པའི་རྒྱུན་གྱིས།
ཕ་དོན་གྲུབ་མེས་ཀྱིས་མ་བཟོད་པར་དདུལ་སྤྱོད་པར་
ཐལ་བ་དང། བྱ་དྲི་རྩེ་ཡོན་ཏན་དང་མཉམ་དུ་ཞབས་

གྲིལ་དང་། མྱེག་འཕྲུལ་ཁང་བཅས་ནང་གཡོངས་
 རས་ཤིང་བཞུགས་འཛིན་གྱར་མ་ཁྱིན་པར་དགོན་ནང་དང་
 ། སྤྲུལ་གསལ་ལ་མགོ་སྐྱོར་གཏོང་བའི་འགོ་འཁྲུགས་
 པ་དང་། འཛིན་གྲུ་ཐངས་མང་ཆད་པར་འཛིན་དགོ་
 དང་། རྫོང་སྤྱི་མཆོག་ནས་རྫོང་གསོ་ཐངས་མང་བརྒྱུ་
 གྲང་། བརྒྱར་བཅོས་མ་བྱས་ཀྱིན། ཉིན་ཞིག་རྫོང་
 སྤྱི་དང་། འཛིན་དགོ་མཉམ་དུ་ཕན་དོན་གྲུབ་ཀྱི་ཁྱིམ་
 དུ་ཕེབས་ནས་འདི་ལྟར།
 དུགས་ཤིང་ཞིག་འབྱེན་བཞེན་ཁང་གཉིས་ལ་གསལ་
 ང་དངས་ནས་ལག་གཉིས་སྟིང་ཀར་སྐྱར་བཞུགས།
 ཐུགས་རྗེས་གཟིགས། རྫོང་སྤྱི་མཆོག་དང་། དགོ་
 ལགས་རྣམས་ལ་གཉིས་ཀྱིས་རྫོང་ཆད་ཉམ་སྐྱང་གི་ལ་
 བཞུགས་པར་མཉམ་གསལ་ཞིན་ཆད་ཀྱི་བཀའ་
 དྲིན་ཀྱི་བརྒྱུད་ས་གནང་པར། ངས་སྟིང་ཁོང་རུས་པའི་
 གཏོང་ནས་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་བྱ་རྒྱུ་དང་། བཀའ་དྲིན་
 རྣམས་མ་བརྟེན་པ་ཞུས་ཆོག ད་དུང་ཡང་ཐུགས་

“དོན་གྲུབ་ལགས་ད་པར་ང་ཚོས་ཁྱེད་ རྩིས་གཟིགས། འདི་ལུ་སློབ་གྲྭ་དང་ཁ་འབྲལ་མི་
རང་གི་ཞལ་རས་ལ་བརྟུན་ནས། ལུ་ལ་སློབ་གསོ་ དགོས་པའི་སྐྱབས་འདུག་གནང་རོགས་གནང་། ཞེས་
བརྒྱབ་པ་ལས། ཉེས་ཆད་སོགས་གང་ཡང་བསྐྱལ་ མིག་ཟུང་ནས་མཆིམ་ཆུ་མིག་བདོལ་བ་ལྟར་ལུ་ལ་ལུ་
མེད། ད་ཆ་དེ་ལྟར་ལུ་མཐུད་བྱས་ན། སློབ་སྐྱུག་ ཏུ་ཤོར། རྩལ་དེ་སློབ་སྦྱོང་དང་། དགོ་ཆུན་གཉིས་
དང་དགོ་ཆུན་གཞན་གྱི་མིག་ཤུལ་ངན་པ་མ་ཟད། སློབ་ ཅས་མཐོང་བས་ཁོང་གཉིས་ཀྱང་སེམས་ནང་བརྟེན་
སྐྱུག་གཞན་ལ་ཡང་བག་ཆགས་ཡག་པོ་ཡོང་བ་མི་ དཀའ་པའི་ཆོར་བ་ཞིག་གིས་མཛར་ཏེ་པ་དོན་གྲུབ་ལ་
འདུག དེར་བརྟེན་ཁྱེད་རང་པ་ལགས་ཡིན་པའི་ཆ་ སེམས་གསོའི་རྩལ་ཏུ་ཁྱེད་རང་གྲགས་འབྲལ་དེ་འདྲ་
ནས་ཁྱིམ་ཆང་སློབ་གསོ་བཀོལ་རྒྱ་དང་། ལྷག་པར་ མ་གནང་ཏན་ཏན་ང་ཚོ་ཆང་མས་སློབ་གསོ་བརྒྱབ་ན་
འདི་ལག་པར་དདུལ་སྤྱད་ཡག་དེ་ཆོད་འཛིན་དང་། འུས་བསྐྱར་བཅོས་གཏོང་གི་མེད་ཁྱེད་རང་གྲགས་མདེ་
རོགས་པ་ངན་པ་མཉམ་ཏུ་འགྲོ་རྒྱུར་བཀག་འགོག་ པོ་གནང་ཞེས་བཤད་ནས། ཁོང་གཉིས་རང་གནས་
གནང་རྒྱ་གཤམ་ཆེན་པོ་མེད། ཕྱིན་ཆད་གནས་རྩལ་ ལུ་སོག།

དེ་རིགས་རྣམས་མེ་སྒྲོབ་བྱ་ནས་ཕྱིར་འབྲང་གཏོང་རྒྱ་
 ལས་ཐབས་གཞན་མེད། ལྷག་པ་མཆོམས་ལ་དགོངས་
 འགལ་ཡོན་མེད་པ་གནང་རོགས། ཞེས་བཤད་
 པར། ས་དོན་གྲུབ་ནི་ཁོང་གཉིས་ཀྱི་མདུན་དུ་སེམས་
 རྒྱ་གཤིས་མེག་ཕྱང་མཆི་ཞགས་ཀྱིས་ཁེངས་པ་བཞིན། རེ་
 ཞིག་ཅི་ཡང་མི་སྒྲིམ་བར་གནས། གང་མཆོམས་ནས་
 ས་དོན་གྲུབ་ནི་སེམས་རྒྱ་གདང་། ཁོང་ཁྱོད་
 མེ་སྒྲོབ་ཅིག་དུ་སྒྲེས་ཤིང་། འུ་དྲི་མོག་ཡོང་རྒྱར་
 བསྒྲུག་ནས་བརྒྱད། འུ་དྲི་མོ་མཆོན་མོའི་ཚུ་ཚོད་
 དགྲུ་པ་ཙམ་ལ་གཞི་ནས་ལོག་ཡོང་ནས་ནང་གི་སྒོ་
 འཛུལ་མ་ཐག སྤུ་ལགས་ལ།

“སྐྱེད་གྱི་ཉིང་འཛིན་གྱི་ཕན་ཚུན་སྤྲོ་ལོ་ པ་མ་ཟད་ང་ལ་མགོ་སྐྱར་གཏོང་གི་འདུག དཔེ་བློན་
འགན་བསྐྱུར་བྱས་ནས་ད་ལྟ་བར་འགོར་མོང་།” གྱི་མ་རེད་པས།” ཞེས་བཤད་པར། ཨ་ཅག་གཡུ་
ཞེས་རྒྱན་གཏམ་བཤད་པར། ཕ་དོན་གྱུ་བ་དེ་བས་ སྤྱོན་ལགས་གྱིས་
ཁོང་ཁྱོད་མེ་ལྷོ་འབར་ཏེ་སྐྱེད་པ་ནས་སྐྱར་གས་དགྲོལ་ “ད་རེས་ཐངས་གཅིག་དགོངས་དག་རྗེས་
བཞིན་པར། མ་ནས་བྱས་དེ་འདྲ་བྱེད་གྱི་མ་རེད། ཐུགས་རྗེས་
གཟིགས་” ཅས་ཞུ་བཅི་ཅམ་འཐེན་ཀྱང་མི་ཉན་པར་
ཡང་སྐྱར་ཉེས་བརྟུང་བཏང་། དེ་ལྟར་བུ་དོན་རྗེ་ཆ་
ནད་མ་འབྲུག་པར་ཕྱ་ལགས་གྱི་རྒྱུ་པར་འཐམས་
ཁོང་ཁྱོད་མ་བཟོད་པར་སྐྱེད་ངན་འདོན་བཞིན། བཞིན་དགོངས་དག་ངས་རྗེས་མ་དེ་འདྲ་ཙ་བནས་བྱེད་
“ཕྱ་ལགས། དགོངས་དག ངས་ངང་ གྱི་མིན་ཞེས་ཁས་ལེན་མང་པོ་བྱས་ཀྱིན་གཞིན་མ་
པོ་བཤད་ཆོག ཕྱ་ལགས། ཐུགས་རྗེས་གཟིགས།” དོན་གྱུ་བ་གྱིས་མཚམས་བཞག་པ་དང་། ཨ་ཅག་གཡུ་
ཞེས་སྐྱེད་བརྒྱབ་པ་སྤྱི་ལོ་ནང་གི་མི་ཆང་མས་གོ་བས་ སྤྱོན་ལགས་གྱི་ཕ་བྱ་གཉིས་ཀར་སེམས་གསོ་དང་།
དང་སངས་ཏེ། སྤྱོད་ཀྱིས་བྱས་པ་ཕན་ཚུན་ལའ་བྱེད་ ལྟག་པར་བུ་དོན་རྗེ་ཆ་ཁ་མཁས་ཆོག་སྤྱོན་གྱི་སྤྱོན་སྤྱོད་
མང་པོ་བྱས། ཨ་ཅག་གཡུ་སྤྱོན་ལགས་ཡར་ནང་ གསོ་གང་མང་བརྒྱབ། ཕ་དོན་གྱུ་བ་ནི་སེམས་འཕྲུལ་
དུ་འཕྲུལ་ནས་རྒྱ་མཚན་བྲིས་པར། དོན་གྱུ་བ་གྱིས་ དང་ལྟག་པར་རང་ཉིད་གྱིས་དང་ཐོག་བུ་དོན་རྗེ་ཆོག་
འཕྲུལ་ཅེད་མོ་ཁང་དུ་བྲིད་པ་དེར་གཞོངས་འགྲོད་གྱི་ འཕྲུགས་ཤིང་འབྲིན་བཞིན་གནས།

“ཨ་ཅག་བྲིད་རང་ལྟག་ཕྱག་འདིས་ད་ བར་ང་ལ་མགོ་སྐྱར་བཏང་ནས་སྤྱོད་གྱུར་མ་བྱིན་པར་
ཡོན་ཏན་དང་མཉམ་དུ་གོང་ཁྱེར་ནང་སྤྱང་འབྲུམས་ ཨ་ཅག་གཡུ་སྤྱོན་རང་གནས་སུ་ལོག་པ་
བརྒྱབ་པ་མ་ཟད་འཛིན་གྱི་ཐངས་མང་ཆད་འདུག དང་། ཁྱོད་པུ་ཁྱིམ་མཆོས་ཕལ་ཆེ་བ་དོན་དོན་སྐྱོར་
དེར་བཞེན་དེ་ཤིང་སྤྱོད་སྤྱི་ལགས་དང་། ཀ ན ་ ཁོད་ཅིང་སེམས་འཕྲུལ་བྱེད་མཁན་གྱི་སྤྱོད་རེད། ད་
ལགས་རྣམ་པ་གཉིས་ནང་དུ་ཕེབས་ནས་ཁོ་དང་ཡོན་ རི་ཁྱི་བཏོད་དང་སྤྱོད་རྒྱུ་གས་ཁོངས་པའི་བྲིམ་ཆང་རྒྱུང་
ཏན་གཉིས་གྱིས་སྤྱོད་ངན་འབྲུལ་པའི་སྐྱོར་ཞིབ་ཕྱ་དང་ རྒྱུང་དེའི་བཏོད་སྤྱོད་གྱི་ཁོད་རྒྱུང་སེམས་སྤྱུག་གི་ཚུན་པས་
། བྲིན་ཆད་ད་དུང་དེ་འདྲ་བྱས་ན་སྤྱོད་གྱུ་ནས་བྱིར་ རག་མོག་མོག་དུ་བྱས། དེ་ཉིན་དགོང་མོ་ཕ་བྱ་གཉིས་
འདུག་གོང་རྒྱ་ལས་བྱ་ཐབས་གཞན་མེད་པ་གསུངས་ ཕན་ཚུན་ཅི་ཡང་མི་སྤྱོད་པར་རང་རང་སེམས་སྤྱོད་ལམ་གྱི་
བྱུང་། དེ་ཤིང་ཡང་ད་ལྟ་བར་འབྲུམས་ནས་བརྟུང་

ཡུལ་དུ་བཞུགས། སང་ཉིན་ཞིག་ས་པ་པོ་ན་གྲུབ་ ཡང་སྤར་བཞིན་ཡོད་ཏེ་མཉམ་དུ་འབྲམས་པ་མ་
གིས་ངག་འཇམ་པོ་དང་ཟབ་ནན་གིས་བྱུང་ནི་རྒྱུ་ ཟད་མིག་ཞན་གི་ལུས་ཐོག་ནས་དུལ་ཁྲག་རྒྱ་བའི་
“ངས་བྱུང་བ་ལ་རེ་བ་དང་ཡིད་ཆེས་ཆེན་ མགོ་ཚུགས་པ་རེད། འོན་ཀྱང་ཉིན་མོ་འབྲམས་
པོ་བྱེད་ གྲང་དགོང་དོ་དུས་ཐོག་ཏུ་ནང་ལ་ལོག་ཡོང་ནས་
གི་ཡོད། འོན་ཀྱང་ད་ཆ་རང་གི་སྤྱོད་པ་འདི་ལ་བརྟེན་ ཡིན་ལྷགས་ཚུལ་ལྟར་གི་རྣམ་པས་རང་སྤྱོད་བྱེད་པ་
ནས་ང་ཉལ་ན་གཉིད་མི་ཡོང་། བཟས་ན་བཅུད་དང་ དང་ནང་གི་ལས་ཀ་ཅག་ཅིག་གྲང་བྱས་པས་ཕ་དོན་
བྲལ་བའི་རྒྱལ་བཟའ་གིས་མཚར་ཉེ་མཁྱོགས་པོ་ཤིང་ གྲུབ་སྤྱོད་ཚུང་སྟོང་པར་གྱུར། བསམ་ཡུལ་ལས་
འདུག་རྒྱ་ཡིན་པ་འདྲ། ང་གི་ན་བྱ་རང་གང་འདྲ་ཟེར་ འདས་པར་ཉིན་གཅིག་ཕ་དོན་གྲུབ་གི་ལས་གྲར་སྤྱི་
སྤྱི་ཆོགས་ཁྲོད་འཆོ་བ་སྤྱེལ་གི་ཡིན་ནམ། བྱ་རང་ བདེའི་མི་སྤྲ་གཉིས་འབྱོར་ཉེ་བྱུང་ནི་རྒྱུ་དང་། ཡོན་
བསམ་སྤྱོད་ལག་པོ་ཞིག་འཐོངས་དང་། དེ་སྤྱོད་ཡིན་ ཏེ་གཉིས་གི་འདྲ་དཔར་ཞིག་བཞུགས་ཉེ་
ན་བྱ་རང་མི་ཀུན་གིས་བརྟོད་བསྟགས་དང་དགའ་ས་ འདི་གཉིས་ནས་སྤུ་གྲུ་གཅིག་ཁྲེད་
ཞིག་རེད་ད་ཆ་བྱ་རང་སྤྱོད་པ་ངན་དེ་འདྲ་ཆགས་ རང་གི་བྱ་ཡིན་པ་འདྲ་སྤུ་གྲུ་འདི་གཉིས་གི་ཉིན་མོ་
འདུག་བསྐྱར་བཅོས་མ་བྱས་ན་དེ་རིང་ནས་བྱ་རང་སྤྱོད་ ཁ་དཀར་འོ་དཀར་ལ་རྒྱ་ལམ་གི་འབྲལ་པ་བཀག་
གྲར་འགྲོ་མི་དགོས་ཡིག་མ་ཤེས་ན་འང་མ་ཤེས་ང་ རྟེན་དུལ་འཕྲོག་པ་དང་། མ་ཟད་སྤྱོད་འཕྲལ་ཅིང་
མཉམ་དུ་མཉམ་ལས་ལ་ལས་ཀ་བྱེད་པར་འགྲོ་ཞིས་ ཆས་ཁང་ནས་དུལ་ཐེངས་མང་པོ་བརྒྱས་པ་མོགས་
”བཤད་པར་བྱུང་ནི་རྒྱུ་ཕ་དོན་གྲུབ་ལ་ དཔང་ཉགས་ཁྲུངས་བཅོན་ཡོད་པ་མིང་ཅིང་། རྒྱལ་
“སྤུ་ལགས་ངས་དེ་རིང་ནས་ཡོན་ཏེན་ ཁབ་གི་ཁྲིམས་ལྟར་འཛིན་བཟུང་བཀག་ཉར་བྱས་
མཉམ་དུ་གོང་ཁྲེད་ནང་ལ་འབྲམས་མ་ཕྱིན་པར་སྤྱོད་ པ་ཡིན་”ཞེས་བཤད་པར། པ་དོན་གྲུབ་ཅི་ཏང་
གྲར་ཡག་པོ་བྱས་ནས་འགྲོ་གི་ཡིན། སྤུ་ལགས་ཁྲེད་ སངས་ཉེ་རེ་ཞིག་མིག་གྲང་འགྲིབ་སྤྱོད་ཁ་ནས་
རང་ཐུགས་བདེ་པོ་གནང་ཞེས་མཁམས་པོའི་སྤྱོད་ནས་ལྷ་ “ཡིན་གི་མ་རེད། ཀན་ལགས་དེོས་
བ་མང་པོ་འཐེན་པར་བརྟེན་ཕ་དོན་གྲུབ་ཁས་མི་ལེན་ འབྲལ་ཡིན་གི་མ་རེད།” ཅས་ཤོད་པ་ལས་ཁ་
རང་ལེན་ལ་ཐུག་། འོན་ཀྱང་དུལ་སྤྱོད་མོ་གཅིག་ ནས་གཞན་གང་ཡང་མ་ཐོན། ད་དུང་སྤྱི་བདེའི་
གྲང་སྤྱད་མེད། དེ་ནས་བྱུང་ནི་རྒྱུ་ཉིན་ཁ་ཤས་བསྐྱར་ མི་གཅིག་གིས་ཕ་དོན་གྲུབ་ལ།
བཅོས་བྱས་ནས་དུས་ཐོག་ནང་ལ་ལོག་པ་དང་། དུས་ “རྒྱན་རྩན་པ་མ་ཆོས་སྤུ་གྲར་དུལ་
ཐོག་སྤྱོད་གྲར་ཕྱིན་ན་འདྲ་། ཉིན་ཁ་ཤས་གི་རྒྱུ་རྒྱུ་ཆ་སྤུ་གྲས་

སྒྲུབ་གྲུར་ཡག་པོ་མ་ཐུན་པར་འབྲམས་ནས་གནས་ རེ་ཀྱལ་ཁབ་ལ་བྲིམས་མི་འདུག་ངའི་བྱ་ཆུང་རོ་འདྲི་ཆོས་
ཆུལ་འདི་ལྷགས་པ་རེད། ཅེས་ཤོད་བཞིན་པར་རང་ མེད་པ་བཟོས་སོང་། ཁོང་ཆོར་བྲིམས་ཆད་དུག་པོ་
གནས་སུ་ལོག། གཏོང་དགོས་ཟེར་གང་བྱུང་སྐད་ཀྱིས་པ་སོགས་ས་དོན་
ཕ་དོན་གྲུབ་ནི་སེམས་སྤྱད་གིས་སྙིང་རྒྱུང་སྙོད་ལ་ གྲུབ་ནི་དུ་ལམ་སྒྲོ་བ་ཏུར་གྱུར།
འཆངས་ཏེ་རེ་ཞིག་དྲན་པ་ཐོར། སྐར་དྲན་པ་གསོས་ བྱོར་པའི་ཨ་ཅག་གཡུ་སྒྲོན་དང་ཅིག་སྒྲོབས་
ཏེ་དཀོན་མཆོག་མཁུ་ཞེས་སྒྲིང་ག་སྒྲུ་ཆོགས་འདོན་ ཀྱལ་གཉིས་ཀྱིས་དོན་གྲུབ་ལ་སྒྲོབ་གསོ་གཞི་བརྒྱབ་
བཞིན་དུ་བ་ལས་དེ་ཉིན་ལས་ཀ་ཡང་བྱེད་མ་ཐུབ། ཀྱང་ཉན་འཛིག་མེད་པར། ནམ་ཞོགས་པ་ནས་ཆང་
སང་ཉིན་ཞོགས་པ་ཆུ་ཆོད་བརྒྱད་པ་ཙམ་ལ་ ཆོད་མེད་དུ་བརྟུང་སྟེ་ཐུག་ཏེ་ཐུག་ཏུ་ལྷུར་ནས་ལས་
ཉལ་ཆས་དང་གྲོན་གོས་ཁ་ཤས་འབྲེར་ཏེ་བྱོར་བྱེར་ ཀ་ཡང་གཡུགས། ཉིན་རྟག་པར་ལམ་གཡམས་གཡོན་
རྩ་སྤྱང་ཁང་དུ་བརྒྱུད་ནས་བྱང་ཆེ་ཆེ་ཐུག་ཆུང་རེ་བ་བྱས། གྱི་ཆང་ཁང་དང་ཟ་ཁང་ནང་ཁ་ཆུ་དང་སྒྲུ་ཆུ་ཡང་མ་
འོན་ཀྱང་རྩ་སྤྱང་ཁང་གི་ལས་བྱེད་པས་གྲོན་གོས་ ཆོར་བམ་ཟད་མགོ་སྐྱོ་ཐམས་ཅད་གནམ་ལ་ཟེར་ནས་
སོགས་དངོས་པོ་ཡར་བསྐངས་ནས་བྱང་ཆེ་ཆེར་སྤྱད་པ་ མི་ཆོད་དང་འདྲ་བར་སྟོད་པ་དང་། ཟ་ཁང་གི་བྱིན་
མ་གཏོགས་ཐུག་འཕྲད་བྱེད་དུ་བརྟུག་མེད། དེ་ བདག་དང་། འགྲུལ་པ་ཁ་ལག་བཟའ་མཁན་ཆོས་
ནས་ཕ་དོན་གྲུབ་སེམས་སྤྱད་གི་མནར་བཞིན་ནང་དུ་ མཐོང་རྒྱུད་དང་གཤེག་གཤེག་ཏོང་བ་དང་། རྣམས་རེ་
ལོག འོན་ཀྱང་སེམས་གལ་ཆགས། ཟླ་བ་གཅིག་ ནང་དུ་ཡང་ལོག་མི་ཐུབ་པར་ཀྱུ་ལམ་དང་ལམ་སྤྱང་
ཙམ་གྱི་རྩེས་ནས་ཕ་དོན་གྲུབ་ཉིན་རེ་ལས་ཉིན་རེ་ གང་བྱུང་དུ་ཉལ་བ་སོགས་དུ་ཅང་གི་ཡང་སྙིང་རྩེའི་
སེམས་མི་སྦྱིད་པར་ཞོགས་པ་ནས་ཆང་འཐུང་བཞིན་ གནས་སུ་གྱུར།
ཁྱ་རེ་བྱི་རེའི་ངང་ལས་ཀར་ཐུན་ཀྱང་ལས་ཀ་བྱེད་ཀྱི་ བྱང་ཆེ་ཆེ་ནི་བཅན་པོའི་བྲིམས་ཀྱི་དྲ་བར་ཆུད་དེ་
རྩ་ཞོག་ཁོ་རང་གི་ལུས་འཛོལ་ནི་གྱི་ཡོད་པ་མ་རེད། ཁང་རྒྱུད་བྱ་བཞིའི་ནང་ལག་གཉིས་ལྷགས་སྒྲོག་གིས་
དེ་རྩར་ཉིན་རྟག་པར་ཆང་བརྟུང་ནས་ར་བཟེ་བར་ བཅིངས་གིང་བཟའ་ཉལ་འགོ་འདུག་གི་རང་དབང་
མཉམ་ལས་ཀྱི་འགོ་བྱིན་གྱིས་བཀའ་བཀྲོན་དང་སྒྲོབ་ ཡོངས་སུ་ཤོར་བམ་ཟད་བྲམས་བཅེ་ཅན་གྱི་པུ་ལགས་
གསོ་ཅི་ཙམ་བརྒྱབ་ཀྱང་ཡན་འབྲས་མ་ཐོན་པར། ལྷ་ དང་བྲལ་ནས་ཉིན་རྟག་པར་བཅོམ་སྤྱང་བའི་ཁ་དྲུང་
མཐུད་ཆང་བརྟུང་སྟེ་ར་བཟེ་རྣམས་དེ་རྩེན་བྱང་རྩེས་ དང་། ཉེས་དྲུང་ཆད་མེད་རྒྱུང་དགོས་པ་སོགས་ཐ་
སྒྲོག་འཕུལ་ཅིང་མེ་ཅི་ཁང་དུ་ཐིན་ནས་ངའི་བྱ་འབྲིད་ ན་རྩོ་བོད་ཀྱིས་པ་ཞིག་ཀྱང་བཟའ་རྒྱུ་མེད་པའི་
གོ་ཅེས་སྐད་ཀྱིས་བཞིན་ཟེར་ཆ་སྒྲོང་བ་དང་། རྣམས་ མནར་བཅོས་ལ་བརྟེན། རང་གི་དེ་རྩེན་ཡོན་ཏན་

མཉམ་དུ་སྤྱོད་ངན་འབྲུག་པའི་ཚུ་ལ་ནམས་མེད་ལམ་
 དུ་ཕྱ་རྒྱུ་མེད་འཆར་ཏེ་འགྱོད་པ་དྲག་པོས་གཟེར་ནས་
 ཉིན་མཚན་རྟག་དུ་དུ་བཞིན་པུ་ལགས་ཀྱི་མིང་ནས་
 འཕྲོད་དེ་སྤོང་པ་ལས་བྱ་ཐབས་གཞན་མེད་པ་དང་།
 ཁྱོང་པ་ཁྱིམ་མཆོས་ནམས་ནི་ཁོང་གཉིས་ཀྱི་

བརྟེན་མི་རུང་བའི་གཏམ་རྒྱུད།

སྟོན་མར་སངས་རྒྱས་བཀྲ་ཤིས། (རིག་གནས་ཁ་པ།)

འི་ཁྱིམ་ཆང་སྤྱིད་པོ་དེ་ཁྱུག་ཙམ་ཞིག་ལ་གནམ་མཁའི་
 འཇའ་ཡལ་བ་ལྟར་གྱུར་བ་མཐོང་སྐབས་ཆང་མ་
 སེམས་སྤྱག་ཤེད་པ་དང་། འགའ་ཞིག་གིས་བསོད་
 ནམས་ཀྱིས་འཇུ་མ་སོང་བ་ཟེར་བ་དང་། ཡང་
 འགའ་རེས་བསོད་ནམས་ཀྱིས་མི་འཇུ་བ་ག་ལ་ཡིན།
 ཆང་མ་བཟོ་མཁུན་དཔལ་འབྱོར་སྤྱིད་རྒྱས་སྤྱག་གོང་
 དང་། བསྐྱར་བཅོས་སྟོན་ཤེ་ཟེར་བ་དེ་རེད། ལྟས་
 ངན་དེས་མིའི་འཆོ་བ་ཡར་རྒྱས་འགྲོ་བྱ་མེད་པར་ལུང་
 པ་གཙང་མ་དེ་ཅན་དེ་བཅོག་པ་བཟོས་སོང་། གལ་
 ཏེ་དེ་མེད་ན་ང་ཆོའི་ལུང་པར་རྒྱ་འདྲེ་མང་པོ་དེ་འདྲ་
 ཡོང་དོན་མེད་ལ། ཕུ་གུ་འཕྲོག་བརྒྱུག་འཕྲོ་ས་མང་
 པོ་དེ་འདྲ་ཡོད་མ་རེད་ཟེར་བྱུང་བའདུག་ཤེད་བཞིན་
 འདུག། །

“ཨ་མ་ སང་ཉིན་ང་ཆོ་ས་ཆ་གང་ལ་འགྲོ་དགོས་
 རེད། ནམ་ཞིག་ལ་ང་ཆོ་ཡང་བསྐྱར་པ་ཡུལ་ལ་འབྱོར་
 ཐུབ་བཅ།” ལོན་བརྒྱད་ལ་སོན་མ་ཐག་པའི་བྱ་ཆུང་
 དེས་རང་གི་ཨ་མའི་ཕུས་མོར་མགོ་བོ་བརྟེན་ནས་ངག་
 འདར་བཞིན་དེ་ལྟར་བཤད། “མགྲོགས་
 པོར་སྐྱབས་ཐུབ་ངེས་རེད།” ཨ་མས་སྟོན་དམའ་
 མོས་དེ་ལྟར་ཤོད་ཀྱིན་སེར་གསལ་ཁང་ས་པའི་ལག་པ་བྱུང་
 གིས་ཕུའི་མགོ་ལ་ཕུར་ཙམ་བྱས་ནས་ལན་བཏབ། སྟོག་
 བྱགས་བཞི་བརྒྱ་ཅན་གྱི་སྟོག་དོག་དེའི་དམར་ལམ་ལམ་
 གྱི་འོད་མདངས་འོག་ནས་ཀྱང་མོའི་སྐྱ་ལོ་དཀར་ནག་
 འདྲེས་མ་དེ་སྐྱ་ཐལ་ལེར་མངོན་ཞིང་། འཇུ་མ་མདངས་
 དང་སྐྱ་མ་ཅི་བྲལ་བའི་ངོ་གདོང་སྐྱ་པོ་དེར་ཤར་གྱུར་
 གྱི་གཉེར་རིས་མང་པོ་དེར་བརྟེན་ན། མོའི་དཀར་
 སྤྱག་གི་མི་ཆོའི་བཤོད་ལམ་མཐོང་ཐུབ། ཁྱིམ་ཆང་
 འདྲིར་རིན་ཐང་ཆེ་བའི་ཅད་ངོས་ཅི་ཡང་མཐོང་བྱ་མི་
 འདུག། ཁྱིམ་གྱི་ཕུར་ན་འོད་ལམ་ལམ་འབར་བཞིན་
 པའི་མཆོད་མེ་རྟོག་བྱག་དེའི་འོད་རྣམ་ངོགས་སུ་ཆེས་
 ཆེར་མངོན་པ་ནི་དུ་དྲེགས་ཀྱིས་མཆོན་མདངས་མག་
 མོག་པོར་བཏང་པའི་གུ་རུ་རིན་པོ་ཆེའི་ཐང་ཀ་རྒྱུང་རྒྱུང་

དེ་ཡིན་པ་དང་། མཆོད་གསོམ་གྱི་འོག་དུ་དོག་ཁྲིས་ པ་མ་ཟད། ད་དུང་དུ་སྒྲུག་ཁྱིད་ལ་ཨ་ཡ་མེད་པ། ཁྱིད་
ཆེ་ཆུང་གཉིས་ཐག་པ་དུམ་བུ་རེས་བསྐྱེད་པ་ལྟར་འདུག རང་སློབ་གྲུར་ཡང་འགོ་བྱལ་གྱི་མེད་པ་ཟེར་ནས་མཐོང་།

“རྗེས་མང་ཆོའི་ཕྱིར་པ་ཡུལ་ལ་འཁྱོད་ཉིན་ ཆུང་བྱེད་ཀྱི་འདུག གལ་སྲིད་ང་རང་རྗེས་སུ་སློབ་གྲུར་
ནས་ཞ འགོ་བྱལ་སོང་ན་ངས་དཔལ་ལྷན་ལ་སྤོང་ནད་ཅོད་ཀྱི་

ིང་ཁ་འདེབས་ལས་བྱ་བྱལ་བམ། ལྟམས་དེར་ཆར་ ཡིན་” བྱ་ཆུང་གིས་རྒྱ་རེ་མེས་ཀྱིས་ཁེངས་པའི་མིག་
བ་དང་འཇའ་ཤར་རམ་ཨ་མ།” བྱ་ཆུང་དེས་སྒྲར་ མཐར་མཆི་ཞགས་འབྲེལ་ལེར་དེ་ལྟར་བཤད་པ་ན།
ཡང་ཨ་མའི་གདོང་ལ་བརྟུ་བཞིན་དེ་ལྟར་དྲིས། ཆ་ ཨ་མས་ཀྱང་འདར་སིག་སིག་གི་ལག་པས་བྱ་ཆུང་ལ་
ཤུར་ཤུར་གྱི་ཆུང་བྱ་ཞིག་སྒྲར་ཡང་ཐོལ་གྱིས་གཡུགས་ དམ་དུ་འཐམས་ཏེ་རང་གི་བྱང་ལ་སྒྱུར། མོས་ཁ་མུར་
ཤིང་སྤོང་གོག་དུ་གྱུར་པའི་སྒྲུབ་ཁུང་པ་ཏ་ཅན་དེ་ཁྱོག་ མུར་གྱིས་ཅི་ཞིག་བཤད་པར་བསམ་མོད། ཁ་ནས་
སྒྲ་དང་བཅས་ཕྱིས་སོང་། ལྟམས་དེར་མོས་འོད་ ཆོག་མ་ཐོན་སྒྲོན་ལ་སྒྲན་དོག་ལྟ་བུའི་མཆི་མ་ཐིགས་
མདངས་ཉམས་པའི་མིག་བྱང་སྒྲུབ་ཁུང་ཕྱི་རོལ་ལ་ པ་འགའ་གཉེར་རིས་ཀྱིས་ཁེངས་པའི་འགྲམ་པ་བཅུད་
འཕེན་གྱིན་ བྱ་ཆུང་གི་སྒྱུ་ཤོར་ལྟར་སོང་།

“བྱལ་གྱི་རེད། ལྟམས་དེར་ཆར་བ་བབས་ “ཨ་མ་ ཁྱིད་ཀྱིས་ཅིའི་ཕྱིར་མིག་ཆུ་གདོང་གི་
ནས་འཇའ་ཤར་པ་མ་ཟད། ཞིང་ཁའི་ལོ་དྲོག་ལེགས་ ཡོད།” བྱས་རང་གི་འཇམ་མཉེན་གྱི་ལག་པས་ཨ་
པར་སྒྲིན་ཞིང་རི་ལྱང་ཐམས་ཅད་ལ་མེ་ཏོག་ཤར་བ་ མའི་གདོང་གི་མཆི་མ་ཕྱིས་ཞོར་དམ་དུ་འཐམས་ནས་
དང་། དུས་དེ་ནས་བཟུང་ང་ཆོར་ཐན་པ་འདི་འདྲ་ དུས་བྱུང་།

བཞིག་ན་བས་གོ་ཆུ་ཡང་མེད་པར་འགྱུར་ངེས་རེད་” “བྱ། དམ་དུ་དང་། ཨ་མས་ཁྱིད་ལ་སྒྲུང་བཤད་
ཟེར། ཉམས་ཆུང་བའི་སྒྲ་སྒྲ་དེ་ནི་སྒྲ་བའི་འོད་སྒྲར་ ཆོག་”
དང་ལྟན་དུ་ནམ་མཁའ་ནས་དལ་གྱིས་བབས་པ་ཞིག་ མོས་མིག་ཆུ་ཕྱིས་ཞོར་དང་བྱ་ཆུང་གི་མགོ་ཤོར་ཡུར་
དང་འདྲ་ལ། དེ་ནི་རེ་བ་ཟད་པའི་ནམ་ཤེས་ཞིག་གིས་ བཞིན་དེ་ལྟར་བཤད་དང་། སྒྲར་ཡང་དབྱགས་རིང་
ཆེས་མཐའ་མཇུག་གི་གདུང་བའི་ཏ་དབྱངས་ལྟ་ལ་ ནར་མེ་ཞིག་འཐེན་ནས་མིག་བྱང་སྒྲུབ་ཁུང་ཕྱི་རོལ་ལ་
ཁྲེར་བ་དང་ཡང་མཆུངས། འཕངས།

“ལྟམས་དེར་སྒྲེབས་ན་ང་ངེས་བར་དུ་སློབ་གྲུར་ “བྱ། ཁྱིད་ཀྱིས་དཔལ་ལྷན་ལ་སྤོང་ནད་ཅོད་
སྒྲེལ་རོགས་ཤོས་ཨ་མ། ཁ་སྒྲོན་ཞིག་ལ་བྲིམ་ དགོས་མ་རེད། ཁྱིད་ཀྱི་སྤོང་ནད་ཅོད་མ་ནི་སྤོང་གི་ལ་
མཆོས་ཆང་གི་བྱ་དཔལ་ལྷན་གྱིས་ང་ལ་བྱལ་ཆོད་བྱས་ ཁྱི་སློབ་གྲུའི་མཁའ་དབྱེངས་སུ་གཡོ་བཞིན་པའི་དར་

དམར་དེ་རེད་”ཟེར། ལྷ་བས་དེར་བྱས་མཆར་སྤང་དེར་བྱོད་རང་རའི་མངལ་ལ་ཆགས་ནས་ཟླ་བ་གཉིས་
དང་བཅས་མིག་ཟུང་ཅེར་རེར་ཨ་མའི་གདོང་ལ་ཉད་དང་བྱོད་ཀྱི་ཕུ་བོ་ལོན་བཞི་ལ་སྤྲེལ་ཙམ་རེད། ཨ་
འདུག་པས། མིས་ཞི་སྤང་དང་སྤྱོད་སྤང་འདྲེས་མའི་ཕ་ཚོང་ཐོག་ཏུ་འགྲོ་ཁར་ཁོ་རང་ཡང་འགྲོ་ཡི་ཡིན་ཟེར་
མིག་ཟུང་དལ་གྱིས་བཙུམ་ནས་མུ་མཐུད་ནས་རྒྱང་ས་འཁོར་ཆུང་ཆུང་དེར་བཤད་ནས་ཕྱིན་པ་
“རྩོན་ཆད་བྱོད་རང་མ་སྤྲེས་བའི་ཟླ་བ་དུག་གི་རྩོན་དང་། རྩོང་ཐོག་ནས་ཕྱིར་འབྱོར་ཉིན་ནས་བཟུང་པ་
ལ་ཁོང་གཉིས་འདི་ག་ཉེན་འདི་དང་ཁ་བྲལ་བ་རེད་མ་བྱ་གཉིས་ཀ་ན་ནས་ཉལ་སར་རྩུང་སོང་། ལྷ་བས་དེར་
གཏོགས། བྱོད་ལ་ཨ་ཕ་ཡོད་པ་མ་ཟད། ཁོ་རང་རྩོང་ཐོག་ནས་ཆེད་མངགས་བཏང་བའི་སྤྲོན་པ་འགའ་
ང་ཆོ་ལྷ་བའི་སྤྱེད་པོ་ཡང་རེད། ཨ་ཕའི་མིང་ལ་དོན་ཡོང་ནས་སྤྲོན་བཙོས་བྱས་པ་ལས་ཕྱི་རོལ་གྱི་སྤྲོན་ཁང་
ཟུན་ཟེར་ཞིང་བྱོད་ཀྱི་ཕུ་བོར་ཆོ་རིང་ཟེར་བ་རེད། ལ་འགྲོར་མ་བཙུག་པར་མ་ཟད། ད་དུང་པ་བྱ་གཉིས་
ལྷ་བས་དེའི་བྱིམ་ཆང་གི་འཛོལ་ནི་དོ་མ་ཟས་རང་གྲུབ་ཀའི་ནད་འདི་ཆོན་རིག་གིས་འབྲེལ་མི་ཐུབ་པ་ཞིག་རེད་
དང་གོས་རང་གྲུབ་ཡིན་པར་མ་ཟད། བྱོད་སྤྱེད་འདིའི་ཟེར་ནས་ཉམ་བཤད་བྱས་པ་རེད། གང་ལྟར་ཕྱི་ཉིན་
མཐའ་སྐར་ཡོད་ཆད་ཀྱང་ཤིང་ནགས་མཐུག་པོས་སྐར་དེར་ཁོང་པ་བྱ་གཉིས་ཀ་འཕྲོ་རིམ་འཕྲོར་གྲོང་ས་སོང་།
ཞིང་ཟུ་བ་དྲང་རི་བོང་སོགས་རི་དྲགས་སྤྲོ་ཆོགས་པ་བཅོམ་བོ་སྤྲོན་བསྐྲུགས་བྱས་དུས་པ་བྱ་གཉིས་ཀའི་མིག་
འཛོལ་ས་པ་དང་། ཁོར་ལུག་མཛེས་ཤིང་རང་བྱུང་ཅ་དང་སེན་མོ་སོགས་སྤྲོན་པོ་ཆགས་འདུག་པ་མིས་
གནམ་གཤིས་ཉ་ཅང་བཟུང་། འོན་ཀྱང་། ལོ་དེར་མཐོང་ཡོད་འདུག་འོན་ཀྱང་དང་བྱུང་མེད་གཅིག་གིས་
ཀྱུ་མི་མང་པོ་ཡོང་ནས་ཤིང་ནགས་གཙོན་བྲགས་དང་སུ་ལ་དག་གཙོན་ཐུབ་བཅ། ལྷག་པར་དུ་ད་ལྟའི་དུས་
རི་དྲགས་བསད་བཟུང་བྱས་ནས་ཆོད་མེད་དུ་དཔོར་འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་ལ་སྤྲེལ་ཁོག་ལ་ཉར་ཀྱུ་ལས་ཅི་ཡོད།
འདྲེན་བྱས་པས། བྱོད་ཀྱི་ཨ་ཕས་སྤྱེ་མི་རྒྱལ་གྱི་འགོ་ཤིང་ནགས་ཡོད་ཆད་སྤྲོ་བཞུར་བཞུར་བྱས་ནས་
དངས་ནས་ཀྱུ་ལ་དོ་རྒྱལ་མཐའ་གཅིག་ཏུ་བྱས། ཁོང་བཅད་པས་སྤྱེ་བ་ཐལ་དུ་དང་ཐན་པས་གཡོགས་
ནི་མི་སྤྱིར་སྤྲེལ་ཆེ་ཞིང་གཞུང་རྒྱུད་དང་པ། སྤྱི་སེམས་སོང་།” ཆ་ཤར་ཤར་གྱི་རྒྱུང་འཛུབ་ཅིག་གིས་ཐལ་
ཆེ་ཞིང་གཡོ་བོལ་མེད་མ་ཁན་ཞིག་ཡིན་པས་ཀྱུ་མི་ཆོས་དུ་ལ་འཛུབ་པེར་སྤྲེལ་ཁྱུང་ཁྱོག་ཁྱོག་ཏུ་བཅད་བས་པ་དང་།
གང་བྱུང་དུ་ཤིང་ནགས་གཙོན་མ་ཐུབ། དེའི་རྒྱུ་མའི་མཆོད་གཤོམ་མདུན་གྱི་མཆོད་མེ་འང་ནག་འཛུབ་པེར་
པོར་ཡང་ཁོང་ཆོས་ཤིང་ནགས་གཙོན་ཅིས་བྱས་ཀྱང་གྱུར་སོང་། ཕྱི་ཉིན། ཞོགས་པའི་ཉི་གཞིན་ཤར་རིའི་
གཙོན་མ་ཐུབ་པས། ཆོགས་འདུ་ལ་ཁ་གཡར་ནས་ཅེ་ནས་མ་ཤར་རྩོན་དང་སྤྱེ་མི་གཞན་གྱི་དུང་ཁྱུང་ལས་
བྱོད་ཀྱི་ཨ་ཕ་ཚོང་ཐོག་ཏུ་སྤྲོད་བཏང་བ་རེད། ལྷ་བས་སྤྲོ་སྤྲོག་སྤྲོག་གི་དུ་བ་མ་འཕུར་བའི་སྤྱེ་རོལ་དེར། སྤྱེ་

འདབས་སུ་ནག་ཡོར་ཡོར་གྱི་མི་གཟུགས་རིང་ཐུང་།

(ཤོག་ངོས་༡༣འབྲེམ་)

གཉིས་ཉེ་ཕྱགས་ཀྱི་རི་བོའི་རྒྱབ་ལ་འཐེན་པའི་སྐྱུ་ཤུར་།

ཞེས་བརྗོད་དེ་ཡང་བསྐྱར་སྤྱད། བྱ་བརྟན་འཛིན་

ཤུར་གྱི་ཀླང་ལམ་དེ་དེད་ནས་འགྲོ་བཞིན་མཆིས།

ལ་མཆོན་ན་དེ་ནི་ཏ་ཅང་གི་དོགས་གནས་ཆེན་པོ་ཞིག་

“ཨ་མ་ ངའི་ཕྱགས་མོ་སྤྱོད་མ་དང་མོའི་མོ་མོ་
བཅས་ང་ཆོ་འགྲོ་ས་དེར་ཡོང་གི་རེད་དམ།”

དུ་གྱུར་ཡོད། གང་ཡིན་ཞེ་ན། ཁོ་པས་དབྱིན་སྐད་

“ཡུན། ཡོང་གི་རེད་ གཅིག་བྱས་ན།”

གནས་ཆད་དེ་ཅམ་མེད། དེར་བརྟན་sexནི་ཕོ་མོའི་

“ཨ་མ་ ངས་བཏབ་པའི་རྗེས་སུ་བཞི་པོར་སྐྱུ་ས་
རྒྱ་སྒྲིག་གི་རེད་ ཨ་མ། དེ་ཆོ་སྐྱམ་མི་འགྲོ་འམ།”

འབྲིག་སྒྱུར་ལ་གོ་བ་ཐུངས་ནས་བསྐྱད་ཡོད། ཁོ་

“.....”

ཡོད་མེད་ལ་འབྲེལ་བ་ག་རེ་ཡོད་སྟུང་། ཡིན་ཡང་

སྐབས་དེར་མོས་སྤྱི་བྱུང་དུ་གོ་མ་མཆོམས་བཞག་ནས་

གཡས་གཡོན་གྱི་མི་ལ་འདྲི་རྒྱུའི་སྒོ་བས་པ་ཞན།

སྤྱི་བའི་ཕྱགས་སུ་འཁོར། བྱ་སྐྱུ་པའི་གོང་སྤྱི་དེ་ནི་ཁོ་

ངས་དེ་འདྲ་བྱས་མ་སྤྱོད་ཟེར་ན་འགན་འཛིན་གྱིས་ཏ་

གཉིས་དང་རྒྱང་ཐག་རིང་ས་ན་སྤྱི་སྒྲིག་གེར་མཆིས་ལ། སྐྱུ་

གོ་བས་སྐྱུ་ག་རྒྱན་བཤད་ན་མི་འགྲིག་ ཉག་པར་

སྤྱི་སྤྱི་ག་ག

བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ཟེར་ན་ཡིག་ཆད་གཏོང་བར་དགག་བྱ་

སྤྱི་དཀྱིལ་གྱི་མཁའ་དབྱིངས་སུ་བྲག་ལྟར་དམར་པའི་

བྱེད་སྤྱི་པས་དེ་འང་མི་འགྲིག་ཅེས་བསམ་སྤྱི་བྱག་

དར་ཆ་དེ་རྒྱང་འཕྲུབ་ཁྲིད་ལྟ་བུ་བྱུང་དུ་བསྤྱོད་ཀྱིན་

གསུམ་བཅོ་བརྒྱད་བཏང་། ཐམས་ཅད་sexཞེས་པའི་

མཆིས། དེ་ནི་ཇི་འདྲའི་མིག་ལ་རྒྱག་པའི་ཁ་དོག་ཞིག་

བར་རྟོང་དུ་(མཆོམས་མཆོམས་)ཞེས་བྲིས་ཏེ་ལས་

ཡང་། དར་ཆ་དེ་མཐོང་བ་དང་བྱ་རྒྱུད་གི་མིག་མཐར་

བྱེད་ནམས་སྐད་ཆར་མགོ་འཁོར་བའི་གོ་སྐབས་དང་

ཞེ་སྤང་གི་མཆི་ཞགས་ཤིག་ཐོལ་གྱིས་འཕྱར་ཞིང་།

བརྒྱན་ནས་འགོང་ཤོག་བཞག་སྤྱི་གར་སོང་ཆ་མེད་དུ་

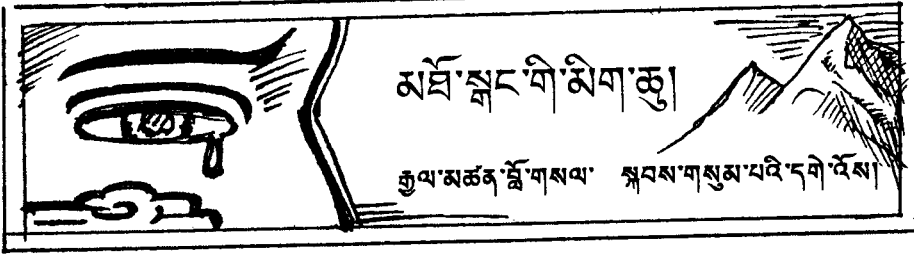
མིག་གི་མཐོང་ཡུལ་དུ་མ་གྱུར་པའི་རང་གི་ཨ་མ་དང་སྐྱུ་

གྱུར།

བོ་གཉིས་ཀྱི་ཡང་བའི་གཏམ་རྒྱུད་དེ་ཡིད་ལ་གསལ་

སྤྱང་ཏེར་ཤར་བས། སྤྱི་སྤྱི་སྤྱི་གི་རི་གོང་དང་ཡོད་

ཆད་མཐོང་ལམ་ནས་མག་མོག་པོར་གྱུར་སོང་།



ངས་ཁོའི་སྒྲིག་དུང་གིས་ཟིན་པའི་དོག་དོང་དེ་མཐོང་ནས་ རྒྱལ་མ་ཞིག་ཤུམ་ཏེ་མི་ཆོ་དོན་ལྡན་ཞིག་ཤུང་ན་རེད་
ཐོངས་རེར་སེམས་ནང་སྒྲི་སྒྲི་ཆོད་མེད་སྒྲིད་བཞིན། ཕ་མ་གཉིས་ལ་དེ་ལས་དགའ་བ་མི་འདུག” ཅས་
འདས་ཟིན་པའི་ལོ་རྒྱུས་ལ་དབང་མེད་ཕྱིར་བྱོན་རེ་བྱེད་
དགོས་ཤུང་། མ་གཞི་འདས་པ་ནི་སོང་ཟིན་པ་ཡིན་ །གསུངས་པར། བརྟན་འཛིན་གྱིས།
མོད། འོན་ཀྱང་འདས་ཟིན་པར་བསམ་གཞིགས་བྱེད་ “མ་གཞི་ཤུ་ལགས་ཀྱིས་གསུང་བ་དེ་འདྲ་རེད།
ཡིན་ནའང་བྱ་ཚུང་གཉིས་ད་དུང་ལོན་མ་སོན་ཅིང་།
བྱེད་པ་མ་གཉིས་ཀྱང་ལོན་བཞུགས་གིང་ཁིང་ལས་མི་
ཐུབ་པས་ང་ཕྱིན་ན་ག་ནས་འགྲིག” ཅས་བཤད།

གོགས་པོ་བརྟན་འཛིན་ནི་གོང་གསལ་བཅིག་ཏུ་སྒྲིས་ ཡུལ་དེའི་ཁིང་པ་རྒྱལ་ས་ལ་ཆ་མཆོན་ན། དགུན་དུས་
པ་དང་། བྱིམ་ནང་ཕ་མ་གཉིས་ཆོན་གཉིས་དང་བྱ་ཚུང་ ཁྱད་རར་ཆེ་བའི་སྐབས་ང་ལ་བཀྱུད་བསད་ཀྱིས་ཁིང་
ཚུང་ཞིག་ལས་མེད། ཁོའི་བྱིམ་ཆོད་གི་འཆོ་བའི་འཁོས་ ཁར་འབྲུག་ཆུ་འདྲེན་པ་དང་། ལུང་གསོག་འཛོག་
ཀ་ཏ་ཅང་ཞན་མོད། ཕ་མ་གཉིས་ཆོས་ལ་དད་འདུན་ བྱེད་པ། སོས་དུས་སུ་ཁིང་ཆེ་ཁིང་སོན་འདེབས་བྱེད་
ཆེ་བས་ཁོ་ཚུང་དུས་ནས་གྲུ་ས་ཞིག་ཏུ་སྒྲོབ་གཉེར་ལ་ པ། རྒྱ་ལམ་བཟོ་བ། དཔུར་ཁོའི་དུས་སུ་ཁིང་ལ་ཆུ་
གཏོང་བའི་རྩ་རྒྱ་འགོག་པ། རྒྱུ་ཀ་ཅད་མ་བཟང་ བརྟུ་དང་། འབྲུ་རིགས་རྒྱལ་ས་གདམ་བསྐྱེས་ཤུས་
ཀྱི་ཚུང་སྒྲིག་ཀ་ཞན་པ་རྒྱལ་ས་རྒྱུན་སྒྲིད་དུ་ཉར་བ་དང་། སྒྲིག་ཀ་བཟང་བ་དག་གཞུང་ལ་འཆོང་གི་ཡོད། མ་
ཆེ་བའི་པ་ཆོས་དུས་བཞི་འཁོར་མོར་ཁྲག་དང་རྩལ་ ཟད་ཁིང་པ་ཆོས་དུས་བཞི་འཁོར་མོར་ཁྲག་དང་རྩལ་
འགྲོ་བུ་ལས་གཞན་མེད། དགོན་པ་གྲུ་ས་ཞིག་ཏུ་ཆོས་ རྒྱ་འཆོར་ནས་སྒྲིག་ལས་སྒྲིག་གསུང་ཆེན་ མཐའ་

“བྱ་བརྟན་འཛིན་ད་ཆ་བྱེད་རང་ཆེན་པོ་ཆགས་ ཏེ་ཚུང་སྒྲིག་ཀ་ཞན་པ་རྒྱལ་ས་རྒྱུན་སྒྲིད་དུ་ཉར་བ་དང་།
འདུག་པས་སྒར་བཞིན་བྱིམ་དུ་བསྐྱེད་ན་མི་ཆོ་དགའ་ སྒྲིག་ཀ་བཟང་བ་དག་གཞུང་ལ་འཆོང་གི་ཡོད། མ་
ང་ལ་ངང་ཟད་དེ། འཛིན་ཉེན་སྤྱི་མར་ལག་སྒྲོང་དུ་ ཟད་ཁིང་པ་ཆོས་དུས་བཞི་འཁོར་མོར་ཁྲག་དང་རྩལ་
འགྲོ་བུ་ལས་གཞན་མེད། དགོན་པ་གྲུ་ས་ཞིག་ཏུ་ཆོས་ རྒྱ་འཆོར་ནས་སྒྲིག་ལས་སྒྲིག་གསུང་ཆེན་ མཐའ་

མ་རྩོམ་དུས་ལག་ཏུ་ཡོན་པའི་སྐབས། རྫོང་དང་གྲོང་
ཆེན་དཔོན་རིགས་དེ་ཆོས་ཀྱི་གཤམ་པ་ལྟར་མིང་
སྒྲ་ཆོག་མ་བཏགས་ཏེ་ཞིང་པ་ཆེན་འབྲུ་རིགས་དང་
དབུལ་ཕན་བྱེད་ཡང་འཕྲོག་ནས་འགྲེལ་ཡོད། བརྟན་
འཛིན་ཡང་དེ་ལྟ་བུའི་ཞིང་ལས་ཀྱི་དཀའ་རྒྱུ་ལོ་མང་
མཉམ་དགོས་པ་ནི་སྒྲིལ་ཅི་དགོས།
དེ་རིང་ནི་ཁོ་པོའི་ཡམ་གཉིས་ནམ་ཀུན་དང་མི་འབྲུ་བར་
དགའ་རྣང་དང་སྒྲོ་རྣང་ཆེན་པོས་རྩལ་ལང་ཆུང་ཆུང་དེའི་
ནང་། མར་མེའི་ཕྱང་བ་མཛེས་པར་བཤམས་ཤིང་
། དུག་སྒྲིལ་གྱི་དྲི་ཞིམ་ཀུན་ཏུ་བྱལ་བའི་དེན་གྱི་བྱང་
བྱ། འདར་སིག་སིག་ངང་ཡན་ལག་ལྔ་ས་ལ་ཕབ་སྟེ་
ཕུག་འཆལ། ལག་གཉིས་སྤྱིང་གར་ཐལ་མོ་དམ་དུ་
སྤྱར་ནས། “ཟླ་མ་དཀོན་མཆོག་མཁུན། རེད་པ་
མ་གཉིས་ཀྱི་གཅེས་ཕུག་འདི་ཆོས་ཀྱི་སྒྲོབ་གཉེར་མཐར་
ཕྱིན་ཏེ་གྲུབ་པའི་གོ་འཕང་ལྷུ་དུ་ཐོབ་པར་བྱིན་གྱིས་
རྒྱབས་” ཅེས་གསོལ་བ་དྲག་ཏུ་བཏབ། དེ་ནས་
བྱིམ་གྱི་ཡང་ཐོག་ཏུ་ཕེབས་ཏེ་སངས་རྒྱལ་ལ་མེ་སྒྲོན་
ནས་ཕྱེ་མར་གཏོར། དུ་བ་རྩོ་རྩོག་རྩོག་ཏུ་འཕྱར་བའི་
སངས་མཆོད་གྱིས་རྩ་སྤྱང་ནམས་ལ་ཕྱིན་ལས་བཅོལ།
བརྟན་འཛིན་གྱི་མགུལ་བར་དཀར་གཙང་གི་ཁ་
བཏགས་ཤིག་ཀྱང་བརྒྱུན་ནས།

“བྱུང་གྱིས་རེད་པ་མ་གས་པའི་བསྐྱབ་བྱ་དང་
ཕུགས་རེ་ནམ་ཡང་བརྟེན་མི་རུང་ཨ་” ཞེས་ཁོའི་
ལག་ནས་བཟུང་སྟེ་དེ་ལྟར་མངགས། དཀའ་རྒྱུ་གི་
མེ་སྒྲོའི་ཁྲོད་ནས་ལང་ཆེན་དཔལ་ཡོན་ཡོངས་སུ་ཉམས་
པ་དང་། རྒྱེད་པ་གཞུ་རྩར་གྲག་ཅིང་མགོ་བོ་བྱ་བའི་
མེ་ཏོག་རྩར་དཀར་ལ། རོ་གདོང་གཉེར་མས་གཤེགས་
པའི་པ་མ་གཉིས་པོས་རང་གི་བདེ་རྒྱུག་ལ་མི་སེམས་
བར་གཅེས་ཕུག་ལ་འཆང་བའི་བྲམས་བཅེའི་ཆོར་
གྲགས་དེས། བརྟན་འཛིན་གྱི་སེམས་ནང་བརྟེན་མི་
ཤེས་པའི་དགའ་རྣང་དང་སྒྲོ་རྣང་རྩན་ཅིག་བྱུང་བས།
རོ་གདོང་མཆི་མས་བརྟན་ཅིང་མགྲིན་པ་བརྒྱངས་ཏེ་
རེ་ཞིག་སྒྲིལ་ཐུབ་པར་གྱུར། དེ་ནས་ཁོས་དལ་བུའི་
ངང་

“ཕ་ལགས་དང་ཨ་མ་ལགས། ངས་བྱིད་
གཉིས་ཀྱི་བྲམས་བཅེའི་སྒྲིབ་ནམ་ཡང་བརྟེན་མི་སྤྱིད་
ལ། ང་ལ་བཅོལ་བའི་རེ་བ་དེ་ཡང་ཆུས་ཟོས་སུ་མི་
འགོ་བ་བྱེད་ཀྱི་ཡིན། ངའི་ཐོག་ལ་པ་མ་གཉིས་ཕུགས་
ཕལ་མི་དགོས། གཙོ་བོ་ནན་ཞོན་གཉིས་སྒྲིག་བྲགས་
ལ་ཕུགས་ཅག་གནང་རོགས་” ཞེས་བཤད། པ་
མ་གཉིས་དང་སྤྱན་མཆོད་ཆོས་རྒྱངས་འཁོར་བབ་
ཆུགས་བར་ཁོ་ལ་སྒྲེལ་མ་བྱས། རྒྱངས་འཁོར་ཁ་ལོ་

རིམ་གྱིས་བསྐྱར་བས་ཁོའི་པ་མ་དང་རྩལ་མཆོད་ནམས་ ཆེ་བའི་ཞིགས་པ་དེར་རོག་དོང་དམར་རྒྱལ་ཏུ་གྱུར་ཀྱང་
འདྲན་བྱེད་ཀྱི་ཡུལ་ལས་ཐག་ཏེ་རིང་ཏེ་རིང་དུ་གྱུར་ ཁོས་དཔྱད་ཅི་མི་སྟམ་པར་སྒྲོ་འཛིན་སྒྱུར་སྐྱབ་བྱེད་པའི་
དེ་མཐར་མིག་ལམ་ལས་འདས། སྐབས། སྒྲོ་བྱར་དུ་མཐུན་ཕྱིགས་ནས་ལོན་བཞེས་
བརྟན་འཛིན་སྒྲོ་བཞེས་བྱ་སའི་གྲས་ནི་ལྟ་སའི་རྒྱལ་ བེང་གོས་དུར་སྒྲིག་གྱོན་པ། ཁི་ཁིང་འདུལ་ལ་མིག་
ཕྱིགས་སུ་ཆགས་ཤིང་། དགོན་པའི་རྒྱལ་ཕྱིགས་ཀྱི་ གཉམ་ཤིང་གང་ཙམ་གཟིགས་བཞིན་ཕེབས་པ་ནི་ཁོའི་
རེ་ཅེ་ནམས་རབ་དཀར་ཁ་བས་གཡོགས་ཤིང་། རེ་ དག་ཅན་རེད། “བརྟན་འཛིན་ད་ཆ་
སྐད་ནགས་ཆོལ་གྱིས་ཁེངས་པར། ལུ་བ་དང་གོ་བ། བྱེད་རང་གཞུང་ཆེན་མོར་ཐོས་བསམ་བྱས་ཏེ་འགྲུབ་
སྒྲུབ་སྟེགས་ནི་བདེ་བག་ཕེབས་རང་རྩ་རྒྱུ་ལ་རོལ་ཁིང་ འབྲས་གང་ལེགས་ཐོབ་ཅིང་། མ་ཟད་ཐོས་བསམ་
གནས། དགོན་པའི་གཡས་གཡོན་དུ་ཡན་ལག་བརྒྱད་ རྒྱུད་ཐོག་ཏུ་སྒྱུར་མཁན་ཞིག་ཀྱང་ཡིན་མོད། དཔྱད་
དང་ལྟན་པའི་དྲངས་གཙང་རྒྱུ་ལྟར་རྒྱུ་དུ་བལྟར། སུ་མཐུད་སྒྲོ་བཞེས་བྱེད་དགོས། གང་ཐོས་བསམ་
སྟེགས་དང་འདྲུ་ཁང་དག་གི་ཀྱང་དང་སྒྲིལ་བྱུང་ རྒྱུ་ཆེ་བ་དེས་སྒྲོམ་པ་ལའང་ས་ཕྱིད་ཆེ་བ་ཡོང་གི་རེད།
ངོས་སུ་ཡང་ཡབ་མེས་གོང་མ་ནམས་ཀྱི་ནམ་དཔྱད་ མ་ཟད་ང་ནི་ལ་ཁའི་ཉི་མ་ལྟར་ཡིན་པས་བྱིད་ཀྱིས་ངའི་
རྩ་ལ་ལས་ཐོན་པའི་ཕུལ་བྱུང་ཤིང་བཞོས་རི་མོས་ཤིན་ རེས་བཟུང་སྟེ། མི་གཞན་ལ་སྒྲོ་བཞེས་བྱེད་པ་དང་
དུ་མཛེས་པ་དང་། ཡང་ཐོག་གི་རྒྱ་ཕེབས་ལས་ཀྱང་ བརྟན་པའི་སྒྲིག་བསྐྱབ་དགོས་” ཞེས་གཟེངས་བརྟན་
གསེར་འོད་ཀྱན་དུ་འཕྲོ། དང་སྟིང་པོ་ཅན་གྱི་བསྐྱབ་བྱ་མང་དུ་མཛད། བརྟན་
བརྟན་འཛིན་གྱིས་པ་མའི་རེ་བ་སྟིང་ཁོང་དུ་ཉར་ནས། འཛིན་ནི་དེ་ལྟར་ཀྱན་གྱི་རེ་སྒྲོན་བྱ་ས་ཞིག་གྱུར་ཅིང་
མཆན་ལྟན་བཞེས་གཉེན་གྱི་ལམ་སྟོན་འོག ཅམ་སྒྲུ་ ། དེ་བས་རང་ཉིད་ཀྱི་ཕུགས་དོན་ལ་ཡིད་ཆེས་དང་
ཟས་དང་ཇ་ཐང་བཏུང་བར་བརྟན་པ་སྟེགས་དཀའ་ རེ་བས་ཡོངས་སུ་ཁེངས།
རྒྱལ་གྱི་འཆོ་བ་དང་བླངས་སྒྲོས། མི་ལོ་བརྒྱ་ཕྱག་ལྟག་ འོན་ཀྱང་རང་དབང་དང་ཁི་བདེ་སྟིང་འཇགས་
རིགས་ལམ་ཆེ་རྒྱུང་དང་། དབྱ་ཆད་པར་ཕྱིན་སྟེགས་ སུ་གནས་པའི་མཐོ་སྒྲུང་གི་འཛིན་མར། རྒྱ་མིག་ཤིན་
ལ་ཐོས་བསམ་གང་ལེགས་བྱས། གང་རང་ཉ་ཅང་ རེ་དམར་པོའི་བྲག་པོའི་བཙན་གནོན་གྱི་རྒྱུད་དམར་

འཕྲུལ་པ་དེ་ནས། བོད་མི་རིགས་དང་དེའི་རིག་གཞུང་ ཁམས་ཀྱང་གསལ་སྒྲུབ་པར་བྱེད། དེ་ལྟར་དཔག་ཏུ་ཐུང་
བཅས་པར་སྤར་བྱུང་མ་ཕྱིང་བའི་ལོད་ཆག་ཆེན་པོ་བྱུང་། བའི་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ལས་འགུལ་དེའི་ནང་། དགེ་འདུན་
བ་དང་། དུང་ཡང་གདུག་རྩལ་གྱི་བྱ་རན་སྤུལ་བྱུང་། པ་འགའ་ཞིག་བཅོན་དུ་བཅུག ལ་ལ་བྱིས་དུ་བྱུང་།
སྤེལ་ཞིང་། ལྷག་པར་ འགའ་གསལ་ལ་བོད་འདི་རྒྱ་ནག་གི་ཆ་གསལ་གིག་ཡིན་

“རྒྱལ་གཅེས་སློབ་གསོ” ཞེས་པའི་ཆབ་ པའི་བཅན་འགའ་གྱི་ཡི་གེ་བྲིས་བཅུག་པ་སོགས་ལྷག་
སྤྲོད་ཀྱི་ལས་འགུལ་དེ་བོད་སྤྱི་དང་ལྷག་པར་དགོན་སྡེ་ སྤྱིང་སྤྲོད་ཀྱི་བཏང་བས། དགེ་འདུན་པ་རྣམས་བཅོལ་
ཁག་ཏུ་གྲགས་ཆེ་སྤེལ་བ་རེད། ཐབས་བྲལ་ཏེ་མཐའ་གཅིག་ཏུ་རྒྱ་དམར་ལ་ངོ་ཚྏ་ལ་

ཉིན་ཞིག་རྒྱ་གཞུང་གི་ལས་བྱེད་པ་དེ་ཚོས་བརྒྱུན་འཛིན་ བྱ་རྒྱར་སེམས་ཐག་བཅད། གཅིག་དགྲ་གྱ་བརྒྱད་
སོགས་དེར་གནས་དགེ་འདུན་པ་ཡོངས་ཚོགས་བརྒྱས་ ཟླ་བ་བཅུ་གཉིས་པའི་ཆོས་བཅུ་ནི། འཇམ་གླིང་འགྲོ་
ཏེ། ཚོགས་འདུ་འཚོགས། ལྷག་པར་སྤྲོད་གོས་ བཞིའི་ཐོབ་ཐང་ཡོངས་བྱུང་གསལ་བསྒྲགས་ཀྱི་དུས་
རྒྱུ་པོ་གྱིན་པ། ག་རྒྱགས་གིང་གཞོང་པ་སྤྲོད་ཅན་ དཔལ་ཉིན་མེ་ཡིན་པས། དེའི་ཞོགས་པར་རྒྱལ་ས་ལྷ་
གྱི་ལས་བྱེད་པ་དེས། ཁྲོ་ཉམས་དང་བཅས་ཏེ། སའི་གཙུག་ལག་ཁང་གི་མདུན་ངོས་ཐང་ཆེན་སྤོང་།

“བོད་འདི་ལོ་རྒྱུས་ཐོག་ནས་ཀྱང་གོའི་མངའ་ བརྒྱུན་འཛིན་གཙོས་པའི་སེར་སྤྱོད་པོ་བཅུ་ལྷག་འགའ་
ཁོངས་ཡིན་ཞིང་། ང་ཚོ་ཀྱང་གོ་ནི་སྤྲོད་པས་འགྱུར་དང་ གསལ་གྱིས་གངས་སེང་ཅན་གྱི་བོད་ཀྱི་རྒྱལ་དར་མཁའ་
དམག་གྲགས་ལྷན་པའི་རྒྱལ་ཁབ་ཅིག་རེད། དེར་ རུ་འཕྱར། རྒྱལ་གཅེས་ལྷག་བསམ་དང་སྤྲོད་སྤྲོད་པས་
བརྟན་བྱེད་ཆོས་ཁ་བྲལ་ལ་ངོ་ཚྏ་ལ་དང་། བོད་འདི་ མེ་རུ་འབར། མགྱིན་པ་གཟེངས་སུ་བརྟོན། འཇིགས་
ཀྱང་གོའི་མངའ་ཁོངས་ཡིན་པའི་ཁས་ལེན་དང་དམ་ བྱུང་སྤྱོད་ཅམ་མེད་པར། བྱ་རྒྱར་དམ་དུ་བཅིང་བའི་
བཅའ་འཇིག་དགོས། གལ་ཏེ་རྒྱལ་ཁབ་དང་གཞུང་ ལག་པ་གནམ་ལ་བཏོགས་ཏེ། “བོད་རང་བཅན་
ལ་རྒྱལ་འདོད་བྱས་ཆེ་ལམ་སེང་བཅོན་འདུག་བྱེད་རྒྱ་ ཡིན། རྒྱ་དམར་བོད་ནས་མཐར་སྤྲོད་གཏོང་། ལོ་གོང་
ཡིན” ཞེས་གནམ་ལྷགས་འབར་བ་ལྷ་སྤྱི་སྤྱི་ ས་མཚོག་བྱི་ལོར་བརྟན་པར་གོ།” ཅས་སྤྲོད་འབོད་
ཆ་དེས་དགེ་འདུན་པ་ཚོའི་ན་པར་གཟན་ཅིང་སྤོང་ གྲགས་ཆེ་བརྒྱལ། སྤྱི་བྱར་དུ་མེ་མདའི་སྤྱོད་ སྤྱོད་སྤྱོད་

ཞེས་པར་མཆོམས་མེད་པར་གྲགས། སྐབས་དེར་ “ལོག་སྤྱོད་པ། ཁྱིད་ལ་སྤྱོད་པར་སྤྱོད་པས་
མདུན་སྤྱོད་པས་ནས་ལྷགས་ལྷ་སྤྱོད་པས་ཕྱིན་ཅིང་དུག་ བྱུང་ངམ། གསལ་པོར་ཤོད། ང་ཆོ་གྲང་གི་ཆོ་སྤྱོད་
ཆས་སྤྱོད་པའི་མི་ཞིག་ལྷགས་པོར་སྤྱོད་ ལྷགས་པོར་ ལྷགས་པོར་པས་ཁྱིད་ཆོའི་རེ་དེ་ནས་ཡང་སྤྱོད་ཅིང་
ཆོད་ཀྱི་མེ་མདའི་ཡུ་བ་བརྟན་འཛིན་གྱི་མགོར་གཞུས་ རེད་” ཅེས་འཇིགས་ངམ་དང་བཅས་ཏེ་བཤད་པར།
ཐོངས་གཅིག་གིས་ཁོ་དེ་ནས་མེད་དུ་བརྒྱལ། ཁོས་འཇིགས་སྤངས་སྤྱོད་ཅེས་མེད་པར།

ནམ་ཟེ་ཏེ་ཅང་ནག་ཅིང་སྐབས་འགར་སྤྱོད་པར་ “ང་ཆོར་སྤྱོད་ཀྱང་དེ་ནས་སྤྱོད་དོན་མེད།
འཁྱུག་པ་དང་། ཤིན་ཏུ་མཐོ་བའི་ལྷགས་པོར་ནག་པོ་ ཁྱིད་ཆོས་ང་ཆོའི་རང་དབང་བཅོན་འཕྲོག་བྱས་ཅིང་
དེ་ལས་འཇིགས་སྤངས་ཆོད་པ་སྤྱོད་ཅིང་། ལྷགས་པོར་ ང་ཆོ་ཐབས་ཟད་དེ་དོ་སྤྱོད་བྱས་པ་རེད། མ་ཟད་ང་
སྤྱོད་པས་བཞིར་རབ་ཏུ་མཐོ་བའི་ཁང་པ་དེའི་ནང་མེ་ ཆོར་ལོ་ལྷགས་ཀྱི་བདེན་དཔང་ཡོད་ལ། ཞི་བདེ་དང་
མདའ་བཟུང་ནས་པར་འགྲོ་ཆུར་འགྲོ་བྱེད་པའི་ལྷ་སྤྱོད་ དྲང་བདེན་ལ་དགའ་བའི་འཇམ་གླིང་མི་མང་ཆོས།
བདེ་ཆོན་དཔལ་སྤྱོད་ལྷར་འཇིགས་ངམ་ཆེ། དཀར་ བདེན་པའི་ལྷ་སྤྱོད་ཀྱི་ཕྱེད་པས། དེ་ལས་ང་ཆོའི་འཐབ་
ཆ་མེད་ཅིང་བཅོག་གཅིག་གྱི་དྲི་མས་ཁྱབ་པའི་ཁང་ཆུང་ ཅོད་ལ་ལྷགས་ཁ་འཐོབ་ཆུར་ཡིད་ཆེས་བརྟན་པོ་ཡོད་”
དེའི་ནང་། མཁར་གཅོད་དང་རྒྱ་སྤྱོད་ཆོད་མེད་པོག་ ཅེས་བཤད། དེ་ལྷར་འཕྱོལ་དཀར་བའི་ལོ་ཟླ་ནག་
པའི་བརྟན་འཛིན་ནི། ལུས་པོ་ཡོངས་ལྷོགས་ཁྱབ་དང་ པོ་དེའི་ནང་ཁོ་ནི་ལས་མི་ལས་ལ་ཟས་སྤྱོད་པས་བཞིན་
རྒྱ་ཐིག་གིས་ཁང་ས་ཤིང་། ཁ་དང་མཁའ་པ་ཡོངས་ སྤྱོད་དེ་དཀར་ངམ་དང་མཁར་རྒྱ་ཆོད་མེད་ལྷངས་
སྤྱོད་སྤྱོད་འགྲུལ་ཅེས་ཡང་བྱེད་མི་ཐུབ་པར་མི་ཡུལ་ མཐར་ལོ་ཆོད་ལྷོགས་ཏེ་བཅོན་གྱི་ལོ་ཐོབ།

གྱི་དཔལ་པ་ལྷ་བྱེད་པའི་ཆོད་ཁང་དེར་ཉམ་ཐག་དང་སྤྱོད་ དེ་ནས་ལོ་ཤས་མོང་བའི་ཉིན་ཞིག་གི་མཆོན་
གཏུང་དང་ལུས། ཉིན་ཞིག་དྲག་ཆས་སྤྱོད་པའི་ མོར། ཁོས་རང་གི་པ་ལ་གསང་ཐབས་སུ།

ཆུ་དཔོན་གསུམ་གྱིས་བརྟན་འཛིན་ཁང་པ་ཞིག་ཏུ་ “ཕུ་ལགས་ང་འདིར་བརྟན་ཀྱང་བཅོན་ཁང་
འཁྱེད་དེ། མེ་མདའ་དང་། སྤྱོད་ལྷགས་ ལྷར་རང་དབང་གཏན་ནས་མི་འདུག་པས། རྒྱ་གར་
ཆོང་གང་བྱུང་ཁོའི་ལུས་སྤྱོད་ཆོད་མེད་བདེག་བཞིན། ལ་སྤྱོད་ཏེ་ནང་ཆོས་དང་པོད་ཀྱི་ལོ་ལྷགས་ ཅོམ་རིགས་

སྐྱེས་ལེགས་པར་སྦྱངས་ཏེ། བོད་ཀྱི་རང་དབང་དང་
བདེན་དོན་གྱི་འཐབ་ཚིན་ཐད་མཉམ་སྦྱར་ཞབས་འདེགས་
ཞུ་འདོད་ཆེན་པོ་འདུག” ཅེས་བཤད། བཟན་
འཛིན་ནི་དེ་ལྟར་བྱམས་ཁྲུན་གྱི་པ་མ་དང་གཅེས་པའི་
པ་ཡུལ་གངས་རྒྱུད་ས་དང་བྲལ་ཏེ་རྒྱ་གར་ལ་སྐྱབས་
ཐོལ་དུ་སྒྲེབས། ཁོ་རྒྱ་གར་དུ་སྒྲེབས་ཆེས་སྒྲོབ་བྱ་ཞིག་
དུ་འདྲེལ་ཞུགས་བྱས་ཏེ་འཛོ་བ་གསར་པ་ཞིག་གིས་
ཡུགས་དོན་གསར་པ་ཞིག་ལ་ཁ་སྒྲེགས། སྒྲོབ་བྱ་དེར་
ཁོ་དང་འཛིན་བྲག་ཅིག་པའི་བུ་མོ་ཆོས་སྒྲོན་ཟེར་བ་ཞིག་
ཡོད་ལ། ཁོ་གཉིས་རྒྱ་དུ་སྒྲོབ་སྒྲོང་ཐད་པན་རྒྱུན་
རོགས་རམ་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད། མོ་ནི་རྒྱ་གར་དུ་སྒྲེས་
པ་དང་། གཞི་རིམ་འཛིན་བྲག་བཅུ་གཉིས་ཐོན་ཀྱང་
བོད་ཡིག་གེས་ཚད་ཉ་ཅང་ཞན་པའི་ཐོག་ དོ་སྣང་ཡང་
དེ་ཙམ་མེད། དེ་ལྟར་འབྲེལ་འདྲིས་ཆེ་བས་ཁོ་གཉིས་
དབར་བསམ་མི་གེས་པའི་ཆོར་བ་གསར་པ་ཞིག་དང་
གིས་སྒྲེབས་ནས། མཐར་པན་རྒྱུན་བྲལ་དཀའ་བའི་
བརྟེ་དྲངས་ཀྱི་རྒྱ་རུ་རྒྱད། འོན་ཀྱང་ཁོ་གཉིས་དབར་
བསམ་མི་རྒྱུད་པའི་འགལ་བའི་ཕྱང་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་ལྟས་
ཀྱང་ཉོགས་དཀའ། དུས་ཚོད་ནི་རི་གཟར་ནམ་རྒྱ་
བཞིན་རྒྱར་དུ་འགྲོ་བས་ཡུལ་ཙམ་ཞིག་ལ་ལོ་གསུམ་
ཕྱིན་ཟེན། ཉིན་ཞིག་ཁོ་གཉིས་ཕྱི་རོལ་ལ་འཆམ་འཆམ་
དུ་བསྐྱོད་པའི་སྐབས་ཆོས་སྒྲོན་གྱིས།

“ང་ཆོ་བྱི་རྒྱལ་དུ་འགྲོ་བྱུབ་ན་འཛོ་བར་དཀའ་
ངལ་སེལ་བྱུབ་ཅིང་། རེས་སུ་བྱི་རྒྱལ་ལ་བྱིམ་གཞི་
ཡང་འདྲེགས་བྱུབ། དེར་སང་ག་ཞུང་གི་དཔོན་རིགས་
མང་པོ་བྱི་རྒྱལ་ལ་གཞིས་ཆགས་ཀྱི་མི་འདུག་གམ་”
ཞེས་ཁེངས་དེགས་དང་བཅས་ཏེ་བཤད། ལོ་ཁྲི་རིམ་
གྱིས་བསྐྱོད་པ་དང་ལྟན་ཅིག་ཁོ་གཉིས་ཀྱི་འགལ་སྒྲིའི་
གཟུགས་སྣང་དེ་ཡང་རེ་གསལ་རེ་གསལ་དུ་གྱུར།
དེ་རིང་སྒོ་བུར་རྒྱ་རྒྱུན་འགལ་ཞིག་ལས་ཁོ་གཉིས་
དབར་བརྗོད་མི་ཆར་བའི་ཚོད་སྟོན་ཅིག་གི་སྒྲིམ་བྱེས།

“གསར་འཕྲོར་སྤང་པོ། ཅི་ཡང་མི་གེས་
མཁན། ཁྱོད་འདྲ་བ་སྤྱི་ཆོགས་འདིར་ག་འདྲ་འཛོ་
ལ་རྒྱ་དང་གེས་ཡོན་རི་ཙམ་ཡོད་ཀྱང་དཔལ་འཕྲོར་
མེད་ན་མིའི་མཐོང་སྣང་ཙམ་ཡང་འཛིག་མཁན་ཡོང་
གི་མ་རེད” ཅེས་ཟེར། ཁོ་ཁོང་གི་ཆེན་པོ་ལངས་
ཏེ།

“ཁྱོད་འདྲ་བ་གཞུང་དང་སྤྱིན་བདག་གིས་
ལོ་མང་གསེས་རྒྱུད་བྱས་ནས་གེས་ཡོན་གྱི་གོ་སྐབས་
བཟང་པོ་ཐོབ། ད་ཆ་རང་མགོ་འབྱོངས་པའི་སྐབས་
རང་གི་རྒྱལ་ཁབ་དང་མི་རིགས་གཏན་དུ་བརྗོད། དེ་
དག་གིས་བཙོལ་བའི་རེ་བ་རྒྱ་ལ་བསྐྱུར། རང་གཅིག་
ཡུའི་ཆེད་དུ་གོ་ལར་གྱི་རྒྱུ་གཤེག་དུ་འགྲོ་མཁན་

ནམས། མི་རིགས་ཀྱི་འཕེལ་རྒྱས་ལྟར་། མི་རིགས་ཀྱི་
 ཚོམ་ཀློན། མི་རིགས་ཀྱི་གད་སྤྲོད་ཀྱི་ཡུལ་ལྟར་། ཅེས་
 སྐད་ཀྱི་ཁྱེད་ཀྱི་མཛུགས་ཀྱི་ཡུལ་། ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་
 མི་ཐུབ་པའི་འགལ་ཆེད་ཀྱི་ཁྱེད་ཀྱི་མི་ཐུབ་པའི་འགལ་
 རིང་གཅེས་ཀྱི་ཡུལ་ལྟར་། ཡུལ་ལྟར་། ཡུལ་ལྟར་། ཡུལ་
 ། ཆར་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་
 ཀྱང་མེས་ཀྱི་དཀར་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་
 ཞིག་མེད་པས། རིམ་བཞིན་ཁྱེད་ཀྱི་མེས་ཀྱི་ཁྱེད་ཀྱི་
 ཅིག་གིས་ཟེན་པས། ཅིན་མེད་ཟེན་པས་དང་མཚན་མེད་
 གཉིད་མེད་ཅིང་། བདེ་སྤྲོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུད་
 ཡག་ཏུ་བཞུད་ཅིང་། ཡིད་གདུང་དང་འགྲོད་སྤྲོད་།
 ཡིད་ཆད་ཀྱི་སྐྱུ་རུམ་སྐྱུ་ལོ་རྒྱུད་ཀྱི་སྐྱུ་རུམ་ལྟར་།
 ཀྱི་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་

མཚན་མཚན་མཚན་

མཚན་གོ (རིག་གནས་གཤམ་)

མེས་ལོན་གྱི་ལག་ཁྱེད་ལ་བཞུགས་ནས་ལས་ཀ་
 སྤྲོད་པའི་དེང་རབས་སྤྲོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུད་ལྟར་།
 བར་སྤྲོད་དེང་རབས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུད་ལྟར་།
 ཞིག་གི་དཀར་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་
 བས་བས་མེས་ཀྱིས་ཀྱི་གཤམ་གྱི་སྤྲོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུད་ལྟར་།
 དང་། མཚན་ལྟར་ལྟར་ལྟར་ལྟར་ལྟར་ལྟར་ལྟར་
 འཛིན་རིམ་བཞུགས་པ་ལྟར་ལྟར་ལྟར་ལྟར་ལྟར་ལྟར་
 འགལ་གསར་པ་ཞིག་དེ་ལོན་ལོན་ལོན་ལོན་ལོན་ལོན་
 པའི་གསར་ལོན་ལོན་ལོན་ལོན་ལོན་ལོན་ལོན་ལོན་
 རིང་ལོན་ལོན་ལོན་ལོན་ལོན་ལོན་ལོན་ལོན་ལོན་
 བས་སྤྲོད་ལོན་ལོན་ལོན་ལོན་ལོན་ལོན་ལོན་ལོན་
 ། དམག་སྤྲོད་ལོན་ལོན་ལོན་ལོན་ལོན་ལོན་ལོན་
 ལོན་ལོན་ལོན་ལོན་ལོན་ལོན་ལོན་ལོན་ལོན་ལོན་
 ཀྱང་ལག་ཁྱེད་ཀྱི་ཆེད་དུ་དེར་འབྱོར་འབྱོར་
 འགྲོད་ལོན་ལོན་ལོན་ལོན་ལོན་ལོན་ལོན་ལོན་
 ཟུང་གིས་འགྲོད་ལོན་ལོན་ལོན་ལོན་ལོན་ལོན་ལོན་
 བཞུགས་འཛིན་གྱིས་ཀྱང་འགྲོད་ལོན་ལོན་ལོན་ལོན་
 གཤམ་ལྟར་སྤྲོད་ལོན་ལོན་ལོན་ལོན་ལོན་ལོན་ལོན་
 ལོན་ལོན་ལོན་ལོན་ལོན་ལོན་ལོན་ལོན་ལོན་ལོན་
 ལོན་ལོན་ལོན་ལོན་ལོན་ལོན་ལོན་ལོན་ལོན་ལོན་
 ལོན་ལོན་ལོན་ལོན་ལོན་ལོན་ལོན་ལོན་ལོན་ལོན་
 ལོན་ལོན་ལོན་ལོན་ལོན་ལོན་ལོན་ལོན་ལོན་ལོན་
 (འཛིན་མ་༡༩༩)



རང་བྱུང་ཁམས་ནི་སྤར་བཞིན་ཉིང་འཇགས་གེར་ བྱེད་དགོས་པ་བཅས་ཀྱི་དོན་ཉིང་ལྡན་པའི་སྟན་
གནས་ཤིང་། རྒྱུ་ཡང་དྲི་བཞིན་དགའ་མ་དང་ལྡན་ དངགས་དང་བཅམས་གྱུར་། ལྷན་ཚུལ་སོགས་ཀྱི་
དྲུང་གི་འཇུག་མཛུགས་དང་སྤོངས་པར་བྱེད། འོན་ཀྱང་ དེ་བཟེང་མང་པོ་བཞོན་པར་བྱ་དགའ་ཡང་ཐེངས་མང་
ཆོ་བཟན་ནི་ད་དྲུང་གཉིད་དུ་མ་སོང་བར་བསམ་ ཐོབ་པ་རེད།
གཞིགས་ཀྱི་ཀྱུ་རུ་རྒྱུར་། ཁོས་དབྱགས་རིང་ཞིག་འཐེན་ ཉིན་ཞིག་གི་ཞོགས་པ་ཁོ་བྱིམ་དུ་ཕྱོད་པའི་སྐབས།
ནས་ཐ་མག་རྒྱུ་གཅིག་ལ་མེ་སྟོན་ཏེ་དབྱག་དུ་བས། ཆོ་བཟར་དུ་བྱེད་པའི་ནས། “མ་ལེ་ཆོ་བཟན་ལགས་
དུ་བུ་ཕྱོད་ཆོག་ཏུ་འཕུར་བཞིན་པར་འདས་པའི་ལོ་ བཞུགས་འདུག་གས་” ཟེར། ཁོས་ཆོར་བྱེད་དེ་ལྟ་
ཀྱས་ལ་བསྐྱར་བཟུང་ཞིག་བྱེད་འགོ་ཚུགས། སྐབས་དེ་ནི་ཨ་ཅག་ཆོ་བཟན་མ་རེད། “ཆོ་བཟན་ལགས་
ཆོ་བཟན་ནི་དེ་ཕྱིན་པོད་ཡིག་ཆ་ཀླག་གི་སྟོབ་ག་ བྱེད་རང་ལ་ཡིག་ཞིག་འདུག་” ཅེས་བཤད་དེ་ཁོ་ལ་
ཆེན་མོ་ཐོན་ཀྱང་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་གནས་ཚུལ་འགའ་ཞིག་ སྤྱད། ཁོས་ཁ་བྱས་ཏེ་ལྟ་སྐབས། ཐོག་མར་མཐོང་
བྱུང་ཞིང་ཀྱུ་གར་ལ་སྐྱབས་བཅོལ་དུ་སྐྱབས། ཁོ་ཀྱུ་ བཞི། “མཁའ་ཡངས་ཚུམ་པ་པོ་ཆོ་བཟན་ལགས།
གར་དུ་སྐྱབས་ནས་པོད་ཡིག་དག་ཀླན་ལོ་འགའ་གས་ བྱེད་རང་གི་ཚུམ་ཡིག་གངས་རིའི་ལས་དབང་ཞེས་པ་
བྱས་པ་དང་། བྱིས་ད་སར་ཚུམ་པ་པོའི་ལས་ཁུར་ དེར་ཚུམ་ཡིག་འགྲན་བསྐྱར་ནང་ཨང་དང་པོའི་བྱ་
མངས་ཏེ་སྤྲེལ་སྤྲེལ་ཚུམ་ཡིག་ཀྱང་གང་མང་སྤྲེལ་བྱུང་། དགའ་ཐོབ་པར་བཟུང་གིས་བདེ་ལེགས་ཞུ་བ་དང་།
ཁོས་རང་མི་རིགས་ཀྱི་ལས་དབང་ལ་སེམས་ཁུར་ཆེན་ འབྱུང་འབྱུར་ཡང་བྱེད་ཉིད་ནས་སྤྱད་ཚུམ་དང་།
པོ་སྤངས་ཏེ། པོད་རིགས་རྣམས་ཆབ་སྲིད་ཐད་བསམ་ དབྱེད་ཚུམ་མང་ཙམ་བསྐྱར་གནང་རྒྱུའི་རེ་བ་བཅས་
ཆོ་དོག་ཅུ་གཅིག་སྒྲིལ་དགོས་པ་དང་། བྱུགས་ཡོངས་ མོར་པོད་ཚུམ་སྒྲིག་ཆོགས་པ་ནས་” ཞེས་པ་མཐོང་
ནས་དུས་རབས་གསར་པའི་ཐོག་གོམ་པ་མདུན་སྟོན་ མ་ཐག་ཁོ་དགའ་སྟོ་ཆེན་པོ་སྤྱེས། ཁོས་རང་ཉིད་

གཞུང་ཅན་ཚུ་མ་པ་པོ་ཞིག་ཆགས་ཏེ་པོད་མི་རིགས་ ཁོའི་བཟའ་ཟླ་ནད་ལས་ཐར་ནས་བྱིས་དུ་ལོག་ དེ་ནས་
ལ་ཞབས་འདེགས་ཁུ་རྒྱུའི་ཡུགས་བསམ་ལ་འབྲས་བུ་ བཟུང་མོས་ནད་ལས་ཆར་རྗེས་བྱིས་མཆོས་ཀྱི་ཅོག་ཆེ་
བཟང་པོ་སྤྲོན་པའི་འགོ་ཚུགས། རིང་གི་དྲུང་དུ་ཨ་མི་རི་གའི་གནས་སྤངས་སྒྲོར་སྒྲོད་

འོན་ཀྱང་པོད་དུ་རྒྱ་དམར་གྱིས་འཆར་གཞི་ལྟན་ ཆ་མང་པོ་དྲིས་ཤིང་ཉན་པ་དང་། མ་ཟད་ཅོག་ཆེ་རིང་
པའི་དྲག་ གི་རྒན་པ་ཡང་ཐོས་པར་བརྟེན་ཅོག་ཆེ་རིང་ལ་རྒྱམ་ཀྱན་

པོའི་བཅན་འཛུལ་བྱས་པ་དེ་ནས་བཟུང་། པོད་ཀྱི་ དང་མི་འདྲ་པའི་མཐོང་སྒྲུབ་ཞིག་ཆགས་པ་རེད། ཅོག་
རིག་གཞུང་སྤྱི་དང་རྒྱག་པར་པོད་ཀྱི་སྒྲོད་ཡིག་གི་ཁོར་ ཆེ་རིང་ནི་ཨ་རི་ལ་སོང་ནས་ལོ་ལྔ་དུག་བྱིན་པས་ད་ཆ་
ཡུག་དེ་རྗེ་དོག་ནས་རྗེ་དོག་དུ་སོང་བས། སློབ་རྟན་ ཡུལ་དེའི་མི་སེར་ཆགས་པ་དང་། ད་ཐངས་གཉིན་
ལ་མཆོན་ན་ཟླ་རེའི་སྤྱོད་ཀྱི་དང་ཚུ་མ་ཡིན་ཕྱན་བྱ་དེས་ འཕྲད་ལ་ཡོང་བ་ཞིག་རེད། ཉིན་ཞིག་རྩ་མོ་ནད་ལས་
བྱིས་ཀྱི་འཆོ་བ་མགོ་ཕྱད་པ་ཅམ་ལས་མེད། ཆར་མ་ཆར་རྗེས་བྱིས་མཆོས་ཅོག་ཆེ་རིང་གི་དྲུང་དུ་

དེ་ནས་ལོ་གསུམ་སོང་རྗེས། ཁོའི་བཟའ་ཟླ་རྩ་མོ་ བྱིན། “ཅོག་ཆེ་རིང་ལགས། ང་ཆོ་ཨ་རི་ལ་འགོ་
ནད་གཞི་ཁྱེ་མོ་ཞིག་པོག་རྟེ་སྒྲུག་ཁང་དུ་ལུས། ཁོས་ ཐུབ་པའི་ཐབས་ཤེས་འདྲ་ཡོད་པ་རེད་པས་” ཞེས་དྲིས།
ལས་དགོངས་ཁུ་རྒྱུའི་མེད་ནད་གཡོག་ལ་བརྟུན། ཉིན་ ཁོས་“སྤྱི་གཏང་ཨ་རིར་འགོ་བར་དདུལ་འཛོར་ཆེན་
ཞིག་གི་ཞོགས་པ་ཁོས་རྩ་མོའི་ལག་ནས་བཟུང་རྟེ་ དགོས་པ་མ་ཟད། ད་དྲུང་ཕྱི་བསྐྱོད་ལག་འཁྱེར་རག་
“རྩ་མོ་རང་སྤྲོན་རིན་ཐང་སེམས་ཕུལ་གཏན་ནས་མ་ ཁག་པོ་རེད། ཡིན་ན་ཡང་ཐབས་ཤེས་གཅིག་ཡོད་
བྱེད། ང་སྤང་པོར་ལུས་ཀྱང་བྱེད་རང་གི་ནད་གཞི་ པ་རེད་” ཅེས་བཤད། རྩ་མོ་ནི་སྤར་དང་མི་འདྲ་
དྲག་སྤྱོད་ཐུབ་པ་བྱེད་ཀྱི་ཡིན་” ཟེར། མོས་ “བྱེད་ བར་ལུས་ཁམས་ཀྱང་རྗེ་བདེར་སོང་ཞིང་། གདོང་
རང་གི་སེམས་ཁྱུར་དེ་འདྲ་བྱེད་དུས་སེམས་ནད་དགའ་ མདོག་ཀྱང་དཀའ་ལ་དམར་མདངས་ཆགས། ཉིན་
བ་ཆད་མེད་ཡོང་གི་འདུག འོན་ཀྱང་བྱེད་རང་གིས་ ཞིག་མོས། “སློབ་རྟན་ལགས། ང་སང་དགོང་ལྗེ་
ངལ་བ་བྱུང་དུ་བསད་ནས་བསགས་པའི་རྒྱ་རེའི་སྤྱོད་ཆ་ ལེར་ཨ་ནི་ཐུག་པར་འགོ་རྒྱུ་ཡིན། རིགས་པར་གྲོང་
དང་ཚུ་མ་ཡིན་ཕྱན་བྱ་དེ་ངའི་སྤྲོན་རིན་ཆེད་ཟད་འགོ་ པའི་ཅོག་ཆེ་རིང་ཡོད་” ཅེས་བཤད། རྩ་མོ་ནི་ན་མང་
བར་སེམས་ཕུལ་ཆེན་པོ་འདུག མ་ཟད་དེང་སྐབས་ པོ་སོང་ཡང་དྲུང་གི་རྒྱ་དང་ཐོས་རྒྱ་གང་ཡང་མེད་པ་
ཁ་ནས་བཤད་པ་ཅམ་མ་གཏོགས་དོན་དངོས་ཐོག་པོད་ རེད། དེ་ནས་ཟླ་གསུམ་སོང་རྗེས་ཉིན་ཞིག་སློབ་རྟན་གྱི་
ཡིག་ལ་དོ་སྒྲུང་དང་མཐོང་བྱེད་མཁན་ཏ་ཅང་དགོན་ ལག་པར་ཡིག་གེ་ཞིག་འཕྱོར། ཁོས་ཁ་དབུ་རྟེ་རྩ་
པོ་རེད་” ཅེས་བཤད། སྐབས་ལེགས་པ་ཞིག་ལ་ སྐབས་དེ་ནི་ཨ་རི་ནས་བཏང་བ་ཞིག་རེད། “སློབ་རྟན་

ལགས། ངས་ཁྱིད་ལ་དགོངས་དག་ཞུ་གྱི་ཡིན།
 ང་དཔལ་འབྱོར་ཐད་དཀའ་ངལ་ཕྱད་དེ་ལྷོག་ལ་
 ཙམ་ཆེ་མིང་དང་ཆང་ས་མི་བརྒྱབ་ཐབས་མེད་
 བྱང་” ཞེས་པའི་ཡིག་འབྲུག་དེ་དག་མཐོང་མ་
 ཐག་ཁོ་ཉར་སངས་ཏེ་རེ་ཞིག་བྲན་པ་ཐོར། དེ་
 ནས་ཁོ་བྲན་པ་གསོས་ཏེ་ཡིག་དེ་ཆ་ཆང་བསྐྱགས།
 ཁོའི་སེམས་ནང་འཇིག་རྟེན་འདྲིའི་ལྷོག་གྱུར་གྱི་
 རོན་གནས་ནམས་ཅི་འདྲའི་གཏིང་དཔག་དཀའ་
 བ་ཞིག་རེད་ཨང་ཞེས་སྒྲུལ། རིམ་བཞིན་གོ་ཁ་ཟས་
 སྤྱོད་མི་ཐུབ་པས་ལུས་རིད་ཅིང་། སེམས་རང་བཞིན་
 དུ་མི་གནས་པར་སྒྲིན་པ་ལྟར་གྱུར།

“ཁྱིད་ཁྱིད་” གྱུང་ཐེབས་ཀྱི་ཆུ་ཆོད་ལས་ནམ་
 མེད་ཀྱི་དུས་ཆོད་བཞི་པ་ཟིན་པའི་བཟང་བཤད་། དཀར་
 གསལ་རྒྱ་བཞི་མི་ལུ་ལ་ཉར་སངས་བདང་ཆོ་བཏན་
 ལ་གདུང་སེམས་བསྐྱེད་པའི་ཆུ་པ་དུ། ལུ་པ་རིའི་ཕྱག་
 ནས་གཞུང་འདྲེ་གང་ཅོམ་དུ་འགྲུལ་ཅོམ་ཡང་མི་བྱེད་
 པར་གནས། ཁོས་ལག་དུ་སྒྱུ་གྱུ་བཟུང་སྟེ་དེ་བཞིང་།
 གངས་རིའི་ལས་དབང་། ཅོམ་པ་འིའི་ལས་དབང་།
 ཞེས་བྲིས་ཏེ་དག་ཐོད་གཉིད་དུ་ཡུར།

རང་ཉིད།

རིང་པོ་ལྷག་པ། རིག་གནས་ག་པ།

ཆུད་མེད་མི་ཡུལ་འགྲིམས་པའི་དུ་ཕུག་ང་།
 སྤྱིད་པའི་པ་ཡུལ་བཅན་པོས་གཉའ་ནས་གནན།
 བསམ་པའི་ཏ་འདུན་གངས་རིའི་ལས་ལ་གཏད།
 འདས་དོན་སྤོང་ལ་བཅངས་ཏེ་རང་དབང་ཅོད།
 བཅན་ཆོང་བྲག་དཀར་ཐོག་གིས་གཏོར་ན་ཡང་
 ཐང་དཀར་ཆོད་པོའི་གཤོག་རྩ་ལ་མཁའ་ལ་བསྐྱར།
 རེ་ཏ་མཐུན་གཤོག་དང་སྒྲེལ་ནས་བཅན་ཆོང་བཟུང་།
 བདེན་དོན་མཁའ་དབྱིངས་སྤྱིང་སྟེ་པ་ས་ཅོད།
 ས་མཐའི་འཆོ་བར་རོལ་དུས་ཡིད་སེམས་སྒྲོ།
 དགའ་སྤྱུག་རེས་མོས་ཁྱོད་ནས་རང་དབང་གྱེར།
 གཞན་མི་གྲོགས་སུ་བསྟེན་པའི་འབྲུམ་པོང་།
 རང་ཡུལ་སྤོང་དབང་མེད་པ་སུ་ཡིས་བྱས།

སྤྱི་ལུང་འདབ་ལྷན་དུས་ཀྱི་གཞན་དབང་སོང་།
 དབྱིད་ཀྱི་པོ་ཉ་མེ་ཕྱགས་མཐོན་དུ་བྱོན།
 དགུན་གྱི་གང་རེག་ཅི་འདྲ་རིང་ན་ཡང་།
 དབྱར་གྱི་པ་ས་འཛིན་པའི་དུས་ཞིག་ཡོད།

དུས་གཏན་དུ་ངང་རྒྱུད་དང་སེམས་པ་བཟང་པོ་བཟོ་བཅོས་དགའ་ན།

མིག་གིས་ལ་ཆད་ལོངས་པ་མ་ཡིན་ནམ།

སེར་སྤྱལ་སྒྲལ་བཟང་གཤམ་པ་ཀྱ་མཚོ། (ནང་རིག)

དང་ཐོག་ངེད་གཉིས་གྲུས་བྲལ་འདྲུ་འཛོམས་མང་བའི་ཁོར་ཡུག་ཞིག་ནས་མཉམ་དུ་འཕྲད་ཅིང་
སྒར་ཡང་དུང་སེམས་ཕྱི་མིག་གི་མེ་ཏོག་བྱེད་ཀྱི་བྱང་ཁར་གཏོད་ཅིང་ལས་དབང་གི་བཅད་ཀྱི་ཉེས་པ་ང་ལ་
ཐོག་ཆ་མི་སྟོམས་པའི་མིག་འཕྲལ་རྩལ་སའི་ལྷོག་བྱར་ནས་བདེ་སྤྱོད་གི་རྣམ་ཏོག་སྤང་ལ་འཇལ་བའི་བྱེད་
ཉིད་དེ། དུས་ནམ་ཡང་ངའི་ཡིད་ཀྱི་གར་སྤྲུལ་སྤྱུ་འབྱོན་པའི་འཁྲུང་ཞེན་གྱི་རེ་འདྲན་ནི་མི་ལམ་ངོགས་སུ་
བརྒྱས་ཏེ་རྒྱུད་ཏེ་བཞིན་འཕྱར་ བྱ་བྱ་བཞིན་དུ་འཁོར་.....

ཀ་དག་ཆོས་དབྱིངས་བདེ་སྟོང་འོད་གསལ་ཐུགས། །ཁ་ཤེ་བོད་ཡུལ་ཆོས་ནོར་འཇུགས་སྐྱུན་ཕྱིར།
ག་ལེར་སྟིང་གཏམ་བཤད་ས་མ་མཐོང་ཆོ། །ང་ལ་ཁྲེལ་གཞུང་མེད་ཀྱི་མ་བསམ་རོགས།

ཅ་རེ་ལོངས་སུ་སྦྱོད་པའི་ཤོག་དངུལ་གྱིས། །ཆ་བསགས་དུས་རབས་འགྱུར་ལྷོག་ཆེར་བཟོས་ཤིང་།
ང་ཆང་གཏམ་གྱིས་སྦྱོ་བག་སྒྲོལ་མཐོང་ཆོ། །ཉ་སྟོ་བདག་གི་སེམས་ལ་ངོ་སྤྱོད་དཔེན།

དུ་ལའི་སྒྲ་མའི་ཐུགས་རྗེས་ས་མཐའ་འདིར། །ཐ་གྲུ་ཡངས་པའི་བྱོན་ལ་བོད་པ་ཞེས།
ད་མཆོམས་མི་རིགས་ཀྱན་གྱིས་མཐོང་བཟོས་པ། །ན་ཀྱི་བསམ་འཕེལ་རིག་གཞུང་ནོར་མཛོད་བཞིན།

པ་སངས་ལྟར་དཀར་མངོས་པའི་རྒྱག་བསམ་གྱིས། །པ་རོལ་གཞན་གྱི་བདེ་རྒྱག་བསམ་བཞིན་དུ།
བཟོ་མེད་པའི་མངོས་རྒྱག་རང་གཤིས་དུལ། །མ་ཡུར་ཁྱོད་ལས་ཆོས་ཉན་སྐལ་བ་བཟང་།

ཅ་རི་བོད་གྱི་གནས་གཙང་བྱིན་ཅན་དང་། །ཆ་འབྲུམ་མཆོད་ཉན་རང་བྱུང་བྲག་ཕྱག་སར།
ང་དྲག་ཞི་བའི་གྲོས་མོལ་སྒྲེང་སྒྲོང་ཆུལ། །ས་ཟུར་འབྲུ་བ་བཤད་པའི་དམ་བཅའ་འཛོག།

ཞ་འཐོང་སྒྲིང་ནས་ཉེ་བའི་གསེར་གཞུང་དུ། །ཟ་འཕྲོའི་རྒྱག་མ་འབྲུང་སྒྲོད་བཞག་ཡོད་པས།
འཕྱར་གཏམ་གྱིས་བཞད་གད་མ་སྒྲོང་ཆོ། །ཡ་ཁོག་སྒྲོད་ན་བསམ་པའི་འཆར་སྒྲིཞིག།

རུ་མགོ་ལྷག་ལ་སྦྱར་བའི་སྒྲོན་འདོགས་གྱིས། །ལ་དགུ་ལུང་དགུར་འབྲུམས་ཏེ་ཕྱིར་ཡོང་ཞིང་།
ག་སྒྲིག་ཉིས་ལ་ཞོ་གཉེར་མ་ཁེངས་ཟིག །ས་མཐར་སྐམ་པའི་རྒྱག་གྲོང་རང་གིས་ཉོས།

ཏ་ཡང་རྒྱང་གིས་ཁྱར་བའི་ཡུལ་ཕྱོགས་སུ། །ཨ་ཁ་མ་ཞེས་དབྱགས་རིང་འབྲིན་ཁུལ་གྱིས།
ཨ་མདོའི་བྱང་སྒྲོ་གས་ཆེར་བསྐྱེད་ཅིང་། །ཨ་སྒྲོན་དབྱིངས་ནས་མཆོག་གསུམ་བསྐྱུ་བ་མེད། །

ཞེས་སྒྲོམ་ལས་པ་བདག་ལ་ཆོར་སྒྲུང་སྒྱུར་མོ་ཞིག་རུམ་ཁ་ནས་མེ་རྒྱག་བཞིན་མཆོང་སྟེ། མདུན་
སྒྲོད་ཀྱི་འཆོ་བའི་འགྱུར་རྒྱག་གི་སྒྲོག་བརྒན་ལ་ཐེངས་ཤིག་བརྒྱས་ཇེས། ཟུ་ལོ་༡༠༠༩།༡༡།༡༥ཉིན་གྱིས་བལ་གྱི་གདུང་
སེམས་ངང་གུས་པས་སྦྱར།

དེ་རིང་གི་ཞིག་འདེབས།

ཨ་གནཱ་བཟོད་པ། རིག་གནཱ་ག་པ།

ས་ཆེན་གོར་མོའི་སྤྱི་གཙུག་འོད་ཀྱིས་བསྐྱོར། །གངས་མེད་དཀར་མོའི་ངར་སྐད་ཡུལ་ལ་བསྐྱགས།།
བག་པའ་མ་ལ་ན་ཅེན་པའི་བས་མཐའི་གོང་། །སྤྱུལ་ནག་གཏུམ་པོའི་དྲུབ་ཀྱིས་སྒོ་བར་བྱངས།།

སུག་བཞིའི་ལྷ་ལག་པ་མོ་དུམ་གྱིས་གཏུབས། །མགོན་པའི་སྒྲིག་གས་ཡངས་མོ་བྲིམས་ཀྱིས་མས།།
འཛིག་ཉེན་རྩལ་མོ་ཞིག་གི་གྲུ་ག་ནས། །སྒོ་གསུམ་བྱམོའི་ལས་དབང་རྒྱ་ལ་རྒྱུད།།

རུས་སྤལ་གྱུང་པོའི་ཡན་ལག་སྤྱབས་སུ་ཡིབ། །འཛུམ་དྲུག་སྤྲུག་མོའི་མཆེ་སྤར་སྤྱི་ལས་བཏུམས།།
མངོན་སྒོག་ལྷ་བདུད་འབྲུབ་པའི་སྒྲོས་གར་གྱིས། །གཉིད་དྲུལ་པའི་བྲན་པ་ཡིད་ནས་འཕྲོག།

མནར་གཅོད་ཟབ་མོའི་དྲུག་ཁབ་རུས་ལ་བཙུགས། །ལྷ་གྲུབ་དམར་པོའི་མེ་སྒྲིགས་སྒྲིག་ལ་གཟས།།
ཆོ་སྒྲིག་གཡང་ཁར་དེད་པའི་འདུ་ཡོང་གིས། །ནམ་གཤམ་འབྲུམ་གྱི་ཆོ་ངེ་བྲག་ལ་འཆང།།

ལག་མཐེལ་དོ་བ་སྤྲོན་མོ་ཐོ་བས་འཐག །བྲུབ་འོག་སྒྲུབ་བ་གཉོམ་རྒྱུང་མཆེ་བས་བཀྱམས།།
རིན་ཆེན་སྒྲིག་གི་རྒྱུད་ཅེད་སྤོ་ལོ་དེ། །དམུལ་སྤྱང་ལས་མཁན་འབྲུམ་གྱི་དོག་སྤེར་བཏགས།།

རུས་པའི་བྲུག་དུ་རྒྱ་མཆོའི་རྒྱབས་བཞིན་ཤོད། །འཛིགས་རུང་ཆོར་པའི་འཕར་རྩ་སྤྲིང་ན་རྩིང་།།
སྐད་ཅིག་བར་མེད་ནམ་གཤམ་དངངས་སྤྲུག་ལས། །ཀྱང་རུས་གཟུགས་བརྒྱན་འདར་པའི་མཐའ་མ་རིག།

གང་གི་ཞབས་ཀྱི་རྩལ་ཕྱན་གཙུག་གིས་བཏོགས། །གཉེན་གྱིང་ནག་པོའི་ཐིག་ལམ་ཐད་ཀྱིས་དེད།
མགོ་འཕང་ས་ལ་བྱུང་པའི་ཉམ་ཆུང་གོང་། །མི་ཆེའི་བྱེད་པོའི་འགྲུལ་བཟུང་དོག་མིད་བཏང་།

མི་རིགས་མཐོན་པོའི་རྒྱུད་རྩ་མར་ནལ་ཕབ། །རྒྱལ་ཁབ་གཙང་མའི་དར་ཆ་ས་ལ་བསྟེན།
རང་དབང་བྱིས་ཆེན་བཟུང་པའི་མཆོར་བཤུལ་ན། །ལུགས་འབྲུང་ལས་ཀྱི་ཆད་མའི་སྲང་མདའ་དཔེན།

བདེན་པའི་སྒྲིམ་དམར་པོས་མཆོད་པ་བྲུལ། །བདེན་དབང་རིགས་བྱག་འགྲོ་བས་མཐེ་བོང་བསྟན།
བཅའ་པོའི་ཆོས་ཉིད་རྩལ་པོའི་རྩལ་ཞུགས་ཀྱིས། །མ་ཁྲུང་ཕྱག་མའི་བཟུར་རྒྱུན་གྱི་ལ་བྲངས།

འགས་གཏོར་ཆག་སྒོ་ཕྱ་མོ་གདོང་ལ་བཙུགས། །མུན་ནག་སྒྱུབ་ཤེད་ཤེད་པའི་མོ་ཁ་བསྒྲིགས།
རྩ་ཆོས་དཀར་པོའི་མཛད་སྤྱད་གཙང་མ་ལས། །མི་ཆོས་རྩོམ་པོའི་འབར་རྩས་བཅོམ་ཞེས་བསྒྲགས།

སྒོ་བྱར་རྩལ་རྒྱུད་འཕུལ་མ་དགྲུང་བྱ་ལངས། །རྒྱུད་ཅིག་བྱང་སྒྲིན་ནག་པོ་དབྱུ་ལ་འཐིབས།
ལྷགས་ནག་ཨ་ལོང་བསྟོལ་བའི་གདུ་བྲུལས། །མཁྲིག་མའི་ག་ཤོད་གསར་བ་ཤུགས་ཀྱིས་བསྐྱམས།

དཀར་ནག་སྲང་གི་ཆད་མ་རྒྱུད་བྱ་སྒྲུགས། །འདོད་དོན་ཆོག་གི་བཅར་ག་ཐོབ་ཀྱིས་བསྐྱུབ།
རྩུ་བྲུག་བཙས་མནར་བའི་གསང་བ་ཡིས། །དུས་བཞིའི་ལྷུང་པོ་གཅིག་གི་འཆི་ཐག་བསྐྱངས།

ཡ་ངའི་རྩུང་དེག་བྲག་པོས་རུས་པ་འཐགས། །དྲོང་འཐོར་མཆོན་ཆའི་རྩྭ་ཡིས་ནང་སྤོལ་གཙབས།
ས་ཆེན་བྲག་གིས་གཡོགས་པའི་ཁ་རྒྱངས་ཀྱིས། །གོ་ལའི་སྤོང་རྩྭ་བས་གཟེ་འོད་ཤུགས་སུ་བཅོམ།

ག་ཁྲག་ཆོགས་སུ་རོལ་བ་སྤྱད་ཀྱི་གཤིས། །དབྱ་ཆེན་འཕེན་ལ་འཇུགས་པ་དམར་པོའི་ལུགས།
བྱིས་ཀྱི་དགོད་སྒྲུབ་དྲོགས་པའི་གཤེད་མ་གང་། །ཁྲིང་བཞིའི་དབང་ཅ་རྩྭ་པའི་སྤྱོད་སྒྲིན་ཉིད།

ལྷོ་གསུང་ལྷོ་གསུང་གི་སེར་ཐིག་ཅན། འི་མེད་དྲུག་གི་གཟེ་འོད་འཆར་ན་ཡང་།
ནམ་ཉིག་ས་བོན་རྩལ་གྱི་ཐེལ་ལྷོ་གསུང་། འདི་སྤྱིང་ལན་པ་ནག་པོའི་ལུ་བ་བསྟོན།

དང་བདེན་ཆད་མའི་རྩི་རིང་ཐོག་གིས་གཏོར། གཡོ་བྱུང་སྤྱི་མའི་མངའ་བའ་མཁའ་ལ་འཕྱར།
སྤྱི་བའ་ཆེ་ཆུང་འབྱུགས་པའི་གཡུལ་ས་ནས། མུན་ནག་དོང་གི་ཁྱེད་རྩི་ཆར་འབྱེན།

བྱང་སེམས་ལྷོ་བའི་དབྱངས་རྟ་དག་ནས་འཐེན། ལྷོ་ལྷོ་གསུང་སྤྱི་གིས་བྱེད་པ་གཏོར་ལ་བཞེས།
ཞི་ཁོ་ལ་འདྲུམ་མདངས་སྤྱི་བའི་འཕྲོད་པ་ཡིས། སྤྱི་རིངས་ལྷོ་མའི་འོད་ཤིང་བསྐྱུ་རྩལ་སམ།

སྤྱིང་བཞིའི་དྲུག་སྤྱིང་རྒྱལ་པོ་གཏོར་ལ་ཡུར། འབྱུགས་མཆོམས་རྒྱལ་པོ་གཏོར་ལ་གཏོར།
བར་སྤྱིང་རིང་མོ་ཞིག་གི་ལམ་ཐག་ལས། ཉེས་མེད་ཆོ་སྤྱི་འབྱུགས་བར་དོ་འབྱེད་མས།

དམར་ནག་ཁྲག་གི་རྒྱལ་སྤྱི་རི་ལ་བཏང་། གསུང་རྩིང་མཆོན་ཆའི་འགྲུལ་སྤྱིང་ལྷོ་ལ་འགྲུགས།
བདག་གཟན་སྤྱི་མའི་འདྲུག་ཟབ་མོའི་སྤྱིང་ཆལ་ན། འདྲུག་ལམ་འཇམ་པོའི་འཆོ་བཞོར་ཡོད་དམ།

རང་རྩི་རྩི་པོའི་མལ་ནས་ཁྲ་སེམ་དང་། རང་བྱུང་གྲུ་བཞིའི་ལྷོ་གསུང་འདྲུམ་ཆོད་སྤྱི་གས།
རང་སར་འཕྲོ་བའི་མཇུང་མའི་འདྲུམ་མདངས་ཀྱིས། རང་ལུས་དྲོད་ཁོ་སྤྱིང་ལ་གྲོགས་ཐིག་མཛོད།

གོ་ལའི་བྲེ་སྤྱིང་འཛིན་པའི་དྲུག་སྤྱིང་ཆོག་ས། རྩི་འོད་སྤྱི་གིས་བསྐྱུ་བས་པའི་བདེན་དོན་ལ།
གནམ་ས་ཆ་ལང་བདེ་བས་པའི་ཡོ་ལང་གིས། བདེན་མཐའ་ཅིས་ཀྱང་གསལ་ལ་གི་ཞིག་འདེབས།

ཐོལ་གྱིས་ཤོར་སོང་།

D-D ལ་ལྟལ།

གར་ཕྱོགས བླག་ན

དེ་བཞིན་ལྟ་མོའི་བསེལ་ཟེར་སྟོང་གིས་སྒྲིན།	སེམས་པ་ཁོག་པར་མ་ཆུད་ཕྱི་རུ་ཤོར།
ཆོར་མེད་དབང་ཅ་གཉིས་པོ་གིས་སེར་རྒྱས།	དོ་རྩེ་དབྱངས་ཀྱི་སྟོལ་མ་འདྲམ་པ་ཅན།
རབ་རིབ་མིག་བྱང་ཕྱེས་པའི་ཁ་གཏད་ན།	ན་བར་རྩུང་བའི་དགའ་སྟོ་སྒྲིང་བའི་བླ།
སེམས་ཀྱི་འབྲེན་ཡུལ་ལྟ་མོའི་བཞིན་རས་ཉིད།	ཅལ་དྲུག་སོར་མོ་འབྲུག་པའི་འཇིག་རྟེན་ཞིག།
ཕྱུ་བ་དཀར་སྐྱ་གསོལ་བའི་ཕྱེས་འགྲོས་ལས།	དྲངས་ཞེན་སེམས་པ་འགོག་མེད་རྟེ་ལ་འཆོར།
མིག་གི་དབང་བོ་དྲན་བཞིན་དྲན་བཞིན་བཀྲུག།	གཟུགས་མེད་ཆོར་ཤུགས་མྱ་ངམ་ཐང་དུ་རྩྱུང་།
པང་གདན་ཁྲ་ཁྲ་མེད་པའི་དགའ་སྒྲིང་གིས།	རེ་བའི་རྟག་མ་རྟག་གཞིན་ཅེ་ནས་ཤོར།
སེམས་ཀྱིས་སོམ་ཉི་སྟོམ་བཞིན་སྟོམ་བཞིན་ལུས།	ཐོས་པ་ཨེ་བྱུང་སྟིང་གི་དབྱར་གཞུང་མ།
གཞིས་ཆགས་བྱ་མོ་དོན་མེད་སྒྲིང་བ་མཐོ།	བག་ཡོད་དུལ་བ་ཕྱ་མོ་གཟུགས་སུ་མཛོན།
རང་ཉིད་ཁེར་རྒྱང་བསམ་བཞིན་བསམ་བཞིན་	བྱ་མོའི་གཤིས་ཀ་བདག་གི་མིག་རྩུམས།
འབྲུམས།	དེབ་རྒྱང་སྟིམ་པར་སྟོར་བའི་ཕྱེབས་སྒྲིངས་ལས།
སྟོ་མོའི་བརྟེ་བར་དགའ་བའི་གཏམ་རྒྱུད་དར།	ནོ་བ་མིག་གི་རྒྱང་མཐོང་སྟེའུ་ཁྲུང་ཉིད།
རྒྱང་འབྲུམ་ལག་སྟོང་བསམ་བཞིན་བསམ་བཞིན་	ཉིན་དང་ཟླ་བ་ཡལ་དེ་ཡལ་དེ་སོང་།
དུས།	སྟོང་བའི་སེམས་པ་གྲང་བཞིན་གྲང་བཞིན་འདར།
	ཁོ་མོའི་སྟོབ་མཆོམས་རབ་རྒྱུད་རྒྱུན་གྱིས་འབྲེར།
	བྲལ་བའི་གྲང་རེག་ཉི་མོའི་མགོ་ལ་ཟེགས།

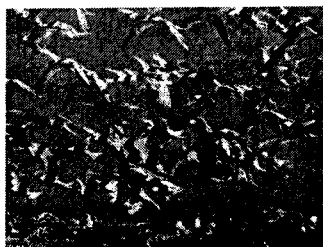
གར་ཕྱོགས་མཐུན་རིའི་ཉི་གཞོན་ལན་མང་བཀུག།
 རུབ་ཕྱོགས་བྲག་རིའི་ཟླ་གཞོན་ལན་སྟོང་བཀུག།
 ཉི་ཟླའི་འོད་སྔར་འཐབ་པའི་གཤམ་འོག་ནས།
 རྗེ་འཕྱོགས་པའི་མི་ལམ་ལན་སྟོང་མིས།

ཕྱི་སྒྲིང་སྐད་ཡིག་ཁྱོད་ཀྱི་ངག་ལ་བྱང་།
 ཀུམ་པོ་དབྱངས་ཏྲ་བདག་གི་ཁྲག་ཅར་འདྲེས།
 སྒྲ་ཆོགས་གནས་ལུགས་དར་བའི་བྱིས་གཞིས་ན།
 ཨ་མ་འཕོད་པའི་རིགས་སྤྲུལ་སྟེང་རྗེ་ཞིག།

སྟོང་རྩུག་བྱ་མོའི་ལང་ཆོ་རྩ་བལྟ།
 གསེར་ཞུན་འདྲུམ་པའི་འདབ་མ་གར་ནས་གད།
 གར་སྟོའི་གཟེ་བྱིན་འབར་པའི་གངས་ཚེ་ནས།
 མཉམ་འཛོམས་གངས་སྟེང་མགོ་རྩུག་དཔ་བྱིས་ཕྱེས།

ལེ་ཁྲིའི་འཛིག་རྟེན་སྟེང་པའི་རྩལ་གྱིས་བཟུང་།
 དོན་གྱི་རེ་བ་རི་མོའི་ལང་ཆོར་འཐིམ།
 དེས་མེད་ཡོམ་པ་སྟོག་གི་འཛིག་རྟེན་འདིར།
 སྟོང་རྩུག་རྗེ་རྗེ་ཁྱོད་ལས་བདེན་པ་མེད།

རྩྭ་སྒྲིན་མཐེབ་བྱིའུ་འདྲ་བོ་གནམ་ནས་བོར།
 འབྲུམ་ར་བཅགས་ཁུ་བྱངས་མོ་ས་ལ་ཟགས།
 ལེ་ཁྲིའི་ལོ་འདབ་མཉེན་མོ་ཆུ་བས་སྐྱམ།
 ཡངས་བའི་སེམས་པ་གཏོམ་པོ་མཇེ་འཕོས་བརྒྱས།



རྣལ་འབྱོར་རྩྭ་མོའི་མཆན་སྟེན་ཁྱོད་ལ་མངའ།
 ཤེས་རབ་དྲིལ་བའི་དབྱངས་སྟེན་བདག་ལ་མོད།
 ཐབས་ཤེས་དབྱེར་མེད་འཁྱུད་པའི་འཛིག་རྟེན་དེར།
 མེ་ཏོག་ཆར་བའི་ཕྱག་བདེ་གཡུག་ལ་བྲེལ།

ཉིན་བྱའི་ཐན་སྐད་ཀྱི་གསེབ་ནས།
 སྒྲར་ཡང་། ལྷག་པ་འུར་འུར་དྲུང་།
 འོད་ཟེར་བྱི་ཕྱག་གི་རུམ་ན་འཆོ་བའི་རི་གྲོང་།
 མུན་པའི་རྩྭ་བས་ཁྲག་ནང་དཔ་བྱིས་ཟགས།
 བྱིས་ཕྱག་གི་ལག་འདྲུ་ཞིག་ཀྱང་མེད་པར།
 ཁྱོད་ཉིད་རིང་དུ་ཐེགས་ཆར།

གྱུང་བཞུད།

སྒྲུབ་བཟང་གྱུ་མཚོ། (རིག་གནས་ཁ་པ།)

༡

མུན་པའི་སྒྲིལ་གས་མཐུག་པའི་མཚན་གཞུང་དེར།
ཁུར་ཡུག་ཐམས་ཅད་འཇམ་ཐེང་དེར་སོང་།
ཁཚོམ་གྱི་སྒྲིལ་སྒྲིལ་འོག
དལ་ཅག་གེར་མགོ་བོ་སྒྲུབ་ལ་བཞག་ནས།
འདས་ཟིན་པའི་འཚོ་བའི་རི་འདབས་སུ།
འགྲུལ་བཞུད་ཀྱི་གྱུང་ལྷ་ཐེངས་གཅིག་བྱས།

༢

ཨ་ལ་ལ། ལྷོས་དང་།
གསེར་མདོག་ལྷ་བྱ་འཕྱར་བའི་རི་འདབས་སུ།
ཞོགས་ཀའི་ང་ལོར་བཞེགས་པའི་ཆོལ་དྲི་ཆིམ་ཆིམ་དུ་
སྒྲུབ་ཞིང་།
ཉིན་བྱེད་བཅེ་མདངས་མངར་མོའི་དྲོད་རྒྱབས་སེར་
ཐེང་དེར་འབྲིལ་བའི།
ངའི་བྱིས་དུས་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་འཕུ་བའི་གྲོང་ཚོ།
བརྗེད་ཆགས་གེར་འཚོ་ཞིང་གདའ།

ད་དུང་རི་སྒྲུབ་དེར།

དཔན་གྱུང་གིས་གཅོས་གིང་།

དྲོད་ཁོལ་ལ་དངངས་འདར་གོར་བའི་པ་ལོ་བྱེད་རང་།

སྒྲུབ་བྱིས་གཞིས་འདྲིའི་ཀན་རབས་པ་ཞིག་ལོས་ཡིན།

འོན་ཀྱང་། ད་ཆ་བཅན་ཐོང་གི་སྒྲུབ་མེད་སེའི་ཡང་

ཁུར་ཟིན་པས།

ད་དུང་། འོ་ཇ་རྒྱབ་གང་གི་སྒྲིལ་བ་དང་།

ཆག་ག་སྒྲུབ་མ་གང་གི་བྱོ་བར་རང་སྒྲུབ་རིང་མོ་ཞིག

པ་ཀན་བྱེད་ཀྱི་མིག་མཐའ་ལས་བཞུར་འོང་བ།

མདོར་ན། སྒྲིལ་ཆེད་དུ་ཡིན་ལགས།

རྒྱལ་རྒྱུས་སྒྲུབ་པའི་དཀའ་སྒྲུབ་གི་དངན་པ་རིང་མོ་
དེ།

ལན་གཅིག་དུས་ཀྱང་བརྒྱབ་འདོད།

ངོ་མ། སྒྲུབ་སྒྲུབ་ལ་པར་ཆོལ་བྱས།

ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་དོར་རིང་ཞིག་འཕུགས་འདོད།

ཅ་འི་ལྷ་ལྷའི་རྩུན་པོའི་རང་ཚུགས་པས།
 ཆ་ལ་རྩེ་པས་དང་ག་ཁྲག་སྡིང་རུས་གསུམ།
 ང་ཉིའི་སྤང་གི་རྒྱུ་པར་དབྱར་དགུན་མེད།
 མ་ལེ་ག་མེན་དང་ད་ལི་སྤུན་ཟླ་མོ།

ཞ་སྒྲིག་ལག་དུ་ཐོགས་ནས་སྒྲོབ་ལ་བཙོན
ཟེའི་བྱེད་དེའི་གནས་སུ་མ་ཞུགས་པར།
འཕྱར་ར་མ་ལྷག་གི་ཚུལ་སྤངས་ནས།
ཡ་རབས་སྤྱོད་ཚུལ་བྱུངས་ཤིག་སྤྲོན་ཟླ་ཆོ།

སྒྲིག་ཚུམ་དྲན་པའི་མིག་བྱུང་བཙུམ་

དུས་བསྐྱགས་པའི་ཆོར་སྤྱང་།

ཀ་བྲག་དངོས་གྲུབ་བསྟན་ནམས། (བྱར་སྤྱོད་།)

ར་འཕྲོད་བྱུང་ཆེ་བོད་མི་གཙང་མ་ཞིག།
ལ་ལས་གཞན་གྱི་མི་རིགས་ཡིན་ཁྱུ་སྤྱོདས།
ག་ཁྲག་གཅིག་གི་སྤྲོན་ཟླ་ར་གྱར་པ་ནམས།
ས་གནས་གང་དུ་ཕེབས་ཀྱང་བརྟེན་མི་ཕྱིད།
ད་མེད་སྤྱ་འཁྱུད་མེས་པོའི་རྗེས་གྱུལ་དང་།
ཨ་མེས་བཞག་པའི་མི་རིགས་ལོ་རྒྱུས་ནམས།
ད་ཅང་ཐབས་སྤྲོག་གནས་སུ་འགྱུར་ལ་ཉེ།
ཨ་ཙི་མ་ཞུགས་ཏུ་ཅག་སྤྲོན་ཟླ་ཆོ།

གོ་འདི་འཛིག་རྟེན་ཟུམ་གཟུགས་ཡངས་པོ་ལ།
པོ་མེད་མཇུང་བཙེའི་སྒྲོས་གར་ཆོས་ཉིད་གྲུབ།
ཡིན་ཡང་ཕྱི་ནས་མཛོས་སྤྲོག་མ་བཞུས་ནས།
ནང་གི་སེམས་དང་རྩ་བའི་ཐད་ལ་སྒྲོས།

གྲོ་ཁྱི་སེམས་ཁམས་ལེ་པར་ཤེས་པའི་རྗེས།
གྲོ་ཁྱི་དང་གྲོགས་ཀྱི་བར་ལ་འགྲོགས་པའི་མཐར།
རྟག་བརྟན་གཡུང་དུང་ནང་བཞིན་མཐུན་པོ་དང་།
འཛིག་རྟེན་མཐུན་འཕྲུག་ཐད་ལ་བརྟེན་ཡང་ལེགས།

དེའི་ཕྱིར་བདག་གི་མ་མཇུང་ལ་རིག་པའི་གྲོགས།
མཐོ་སྒྲོབ་འདི་རུ་འཛོམས་པའི་རྗེས་མའི་ལས།
མཇུང་མཐུན་ཆོག་སྤྱོད་དུང་པ་མཉམ་གཤིབ་དང་།
བསམ་པའི་སེམས་ཀྱི་འཕྲིན་ཡིག་མཉམ་དུ་བཞོད།



ས་མཐའི་སྒྲོ་དབྱངས།

བསམ་གྲུབ། (རིག་གནས་ག་པ།)

འངམ་འངམ་མལ་ན་ཉལ་འདོད་གཏི་མུག་གི་སྒྲུང་པོ།
དམ་དམ་བཅན་གྱིས་གཙུན་པའི་སྒྲིང་སྒྲོབས་དེ་དབེན་ཡང་།
ཡང་ཡང་མིག་ལ་ས་མཐའི་སྒྲིང་ཚུལ་འདི་གར་བས།
རང་རང་སེམས་པ་སྒྲོ་བའི་སྒྲིང་གཞིག་པོར་སོང་།

མཐོ་མཐོ་དབྱ་ལ་བཞུགས་པའི་ཡིད་བཞིན་གྱི་ཉོར་བྱ།
བྲེལ་བྲེལ་བོད་འབངས་ཆེད་དུ་ངལ་དུབ་རང་བསྒྲུན་ནས།
ལྷོད་ལྷོད་སྒྲིང་ཅིག་བཞུགས་པའི་ངལ་གསོ་ཡང་མེད་པར།
ཐེད་ཐེད་ཁྱར་གྱིས་ཉོན་པར་ཡིད་སེམས་ཞིག་སྒྲོ་བྱང་།

ལེགས་ལེགས་སེམས་ཤུགས་རྒྱག་བསམ་གཏིས་ལྡན་གྱི་གཞུང་ཞབས།
བཙོན་བཙོན་ལས་ལ་བཙོན་པའི་གོ་ཆ་དེ་བཟུང་ཡང་།
མང་མང་དབྱེན་སྒྲོར་གྱིས་སྒྲུབ་མི་ཁ་ཡི་མཚོན་ཆས།
ཟབ་ཟབ་རྒྱལ་ཞིན་གཏོར་བའི་ངང་ཚུལ་འདི་སྒྲོ་བ།

རང་རང་ཚུལ་ཁྲིམས་གཙང་མའི་རབ་བྱུང་གི་ཚོགས་ལ།
འཆལ་འཆལ་རང་ཚུགས་འཆལ་བ་འགའ་གས་ལ་སྒྲོས་ནས།

ཡང་ཡང་ཁ་དྲུང་གཏོང་བའི་གནོག་ཆུང་གི་དྲི་མས།
གཙང་གཙང་སེར་སྒྲིའི་དམ་ཆོག་སྒྲིག་པ་འདི་སྒྲི་བྱང་།

བཟང་བཟང་སྒྲུངས་ཡོན་ལྷན་པའི་སྐབས་ཆེན་གྱི་བཤེས་གཉེན།
འུར་འུར་སྒྲོབ་མ་སྒྲིང་བའི་བྲ་ཐབས་ལ་འབད་ཀྱང་།
འདོད་འདོད་རེ་འབྲས་ཁ་བའི་ཁིང་ས་རུ་སྒྲིན་པར།
རིང་རིང་ཕུ་ཐག་རིང་བའི་ངང་ཆུལ་འདི་སྒྲི་བྱང་།

འབྲུལ་འབྲུལ་སྒྲུ་ཅལ་མཁན་པའི་སྒྲིག་ཅེ་ཡི་སྐངས་སྐབས།
འཇིགས་འཇིགས་ཁྱོད་མིང་གསོན་འཐབ་ཅོད་ལ་བྲེལ་དུས།
མཐུན་མཐུན་གཅིག་བསྐྱེལ་ཐ་སྟད་གོ་ཤེས་རང་མེད་པའི།
མང་མང་དེབ་ཐོང་མཐོང་དུས་ཡིད་སེམས་རང་སྒྲི་བྱང་།

གསལ་གསལ་སྐལ་ལྷན་རིག་པའི་ལོ་འདབས་དེ་རྒྱས་ཀྱང་།
རང་རང་སྐད་ཡིག་ཐེད་མེད་སྒྲིགས་རོ་བཞིན་བོར་བའི།
དམར་དམར་ག་གཟན་པོད་ཐུག་གངས་མེད་གྱི་སེམས་པ།
ཆུང་ཆུང་བྲི་ལ་ཐུགས་པའི་ངང་ཆུལ་འདི་སྒྲི་བྱང་།

ཀན་ཀན་ས་མཐར་ལུས་པའི་བགྲས་སོང་གི་ཆོགས་ནམས།
མཐོང་མཐོང་མིག་ལ་མཐོང་དཀའི་ཁ་སྒྲོངས་གྱི་སྒྲོད་བཅུད།
བྲན་བྲན་ཡིད་ལ་བྲན་ནས་ན་སོ་དེ་ཀས་པའི།
གདུང་གདུང་ཡིད་དབང་གདུང་བའི་མཆི་མ་འདི་སྒྲི་བ།

སྒྲིད་སྒྲིད་བཟའ་འབྲུང་བག་མེད་ལོངས་སྤྱོད་ལ་ཞེན་ཅིང་།
མཚར་མཚར་སྤྱོད་ཚུལ་ཡ་མ་བྱུང་འདུག་གི་གཞོན་ནུ།
གསར་གསར་དུས་རབས་གསར་པའི་དྲི་ངན་གྱིས་བཟི་ནས།
ལེགས་ལེགས་སྒོལ་རྒྱན་དོག་པས་བཞི་བ་འདི་སྤྱོད་བྱུང་།

མངོས་མངོས་བཅོས་མའི་ཆོན་ཕྱོད་གདོང་ལ་བཀླས་ནས།
འཛོར་འཛོར་རྒྱ་ལུས་ཕུང་པོའི་ངན་འཚང་དེ་སྤྲས་ཏེ།
རྩིག་རྩིག་དབྱིན་ཇིའི་རྩིས་སུ་རྒྱབ་གཡུག་རང་ཆ་བའི།
གྲོག་གྲོག་གོད་པ་སྟོན་པའི་མངོས་མ་དག་སྤྱོད་བ།
མང་མང་ལོང་ཞིག་སུམ་གཞན་ཡུལ་དུ་ལུས་ཀྱང་།
ཡུན་ཡུན་མུ་མཐུད་གཞན་ལ་ཕུ་ཐག་རང་བཅོལ་ནས།
རྒྱག་རྒྱག་དབྱ་པོ་སྤྲང་མེད་རྒྱ་ཡན་དུ་བཏང་སྟེ།
གཅིག་གཅིག་ནང་དམེར་ཤོད་པའི་དཔའ་པོ་དག་སྤྱོད་བ།

རིང་རིང་བགྲང་བྱ་དུ་མའི་སྤྱོད་ལ་གྱི་མངའ་ཐང་།
འགྲན་འགྲན་དོ་རྒྱ་མེད་པའི་གངས་ཅན་གྱི་ལྗོངས་སུ།
སྒྲིད་སྒྲིད་ཅན་མོ་གསེར་ཁུར་རྩོགས་ལྡན་གྱི་དུས་སྐབས།
རབ་རིབ་འང་འཆོན་ཏེ་བྱུང་སྤྱོད་ཚུལ་འདི་སྤྱོད་བ།

ལ་ལས་བསྐྱུགས་བཞེད་ཐོབ་ཕྱིར་སྤྱུག་ཅེ་ཡང་མ་སྤྱུལ།
ལ་ལར་ཕོག་ཐུག་གཏོང་བའི་ངན་སེམས་ཡང་མ་བཅང་།
ལ་ལའི་ན་བར་སྤྱིང་གཏམ་སེམས་འཚབ་ཀྱི་ཚུལ་དུ།
ལ་ལའི་སྤྱུག་ཀྱི་འགྲལ་བར་རང་དབང་ཡང་བྲལ་སོང་།

དན་པའི་སྒྲུ་རྒྱུང་།

བསྒྲིག་འཛིན་གཡུ་སྒྲོན། (རིག་གནས་ག་པ།)

བཅན་ཀྱལ་རྒྱ་དམར་སྒྲོའི་གདུག་རྒྱུ་བྱེ་ལོག་ནས།
སྤང་མོ་ཆ་མེད་གཞན་ཡུལ་ས་མཐའ་འདིར་བྱར་ཅིང་།
ཟས་གོས་ངན་དོན་སེམས་ཀྱི་དཀའ་སྤྱུག་དེ་སྤྱིང་དུས།
སྤྱད་པའི་ཕ་ཡུལ་གངས་ལྗོངས་ཁིང་ཁམས་དེ་དན་བྱང་།

སྤྱོགས་བཞི་མངོས་སྤྱུག་ལྷན་པའི་གངས་དཀར་གྱི་ལྗོན་ས།
དྲངས་གཙང་ཡན་ལག་བརྒྱད་ལྷན་ཉལ་འགྲོ་ཡི་སྤངས་སྒྲུབས།
དོ་མཆར་འབྲུམ་གྱི་སྤྱན་ལྗོངས་བཞིན་རས་ལ་བྱབ་བཞིན།
སྤྱེད་གཉེ་ཆ་གདུང་སེལ་བའི་བྱད་ཡོན་དེ་དན་བྱང་།

རྒྱས་མེད་ཡུལ་འདིའི་ཆང་ཆིང་ཁོར་ཡུག་དག་མཐོང་ཆོ།
ནེའུ་གསེང་གཡུ་གོས་བསྐྱབས་པའི་རང་བྱུང་གི་ཆ་ལ་ན།
ཆོན་མདངས་ཁ་དོག་བཀྲ་བའི་མེ་དོག་གི་ཁེངས་ཤིང་།
རང་བྱུང་ཁ་དོག་བཀྲ་བའི་སྤྱེད་ཆ་ལ་དེ་དན་བྱང་།

ཆ་གདུང་མ་བཟོད་སྤྱོད་འདྲའི་སྤང་པོ་དག་མཐོང་དུས།
བརྩིད་ཆགས་ལྷ་ན་སྤྱུག་པའི་ས་འཛིན་གྱི་སྤོན།
གནག་སྤྱུགས་འབྲི་གཡུག་སྤྱེད་པའི་ཕྱིར་དགའ་ལ་རོལ་ཁིང་།
ཐེའུས་ཕྱིར་འཛོར་རོལ་བའི་སྤྱེད་སྤང་དེ་དན་བྱང་།

ཐ་རལ་ཆེར་གསེབ་ར་མའི་སྐད་ཡན་དེ་གོ་དུས།
སྒྲ་འཛོམས་མེདོག་བཀྲ་པའི་ཙ་ཐང་གི་གཤོངས་ན།
གཡང་དཀར་ལུག་བྱ་སྒྱིད་པའི་ཚྭ་ཁྱ་ལ་རོལ་ཞིང་།
འབའ་སྒྲ་ལྟང་ལྟང་སྒྲོག་པའི་སྐལ་བཟང་དེ་བླན་བྱང་།
ཇིག་ཆེན་གན་པས་ར་བྱ་དམར་གསོད་ལ་གཏོང་དུས།
གཡང་ནོར་རང་གི་ཉྩ་བྱེད་འབས་བྱ་ཉྩར་སྤང་ཞིང་།
ཚྭ་ཁྱ་གང་འདོད་ས་ལ་ངལ་བ་ཡིས་དེད་པའི།
ཆོས་ལྡན་ཡུལ་གྱི་ཇི་པོ་བྱམས་ཆེན་དག་བླན་བྱང་།

ཇེ་མ་ཇེ་མ་ལྔར་མདོག་བཟུབས་པའི་རྒྱང་ལྷོ་གི་ཙ་ནས།
གཞན་གསོས་བྱ་མོས་སྒྲ་པའི་གྲེ་བ་དེ་སྒྱུར་དུས།
ཞི་བསིལ་སྒྲིང་ལ་བདེ་བ་འབད་མེད་དུ་སྒྲེར་བའི།
གངས་ཅན་བྱིབ་ཆུང་འཛོལ་མའི་གསུང་སྐད་དེ་བླན་བྱང་།

འདམ་ཙཱའི་གསང་ནས་འབས་གོ་ཐར་ཐོར་དུ་རིག་དུས།
རབ་ཡངས་བཀོད་ལེགས་མཛེས་པའི་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཞིང་ན།
ལོ་ཡག་སྒྲེ་མའི་མགོ་རྩྱག་ཇེ་མ་ཇེ་མ་དུ་གཡོ་ཞིང་།
སྒྲ་འཛོམས་ལོ་ཡག་རྒྱས་པའི་ཕ་ཡུལ་དེ་བླན་བྱང་།

ལེ་དབར་སྒྲིང་གི་རི་ལྱང་དོག་པ་ཡིས་བཅད་དེ།
གཞན་དབང་ལས་ཀྱིས་རྒྱས་མེད་ཡུལ་གྱི་འདིར་དེད་ཅིང་།
སྒྲ་ཡུལ་གང་ལ་ཡིད་ཆགས་སྒྲེས་ཡུལ་ཞིག་མེད་དུས།
བསིལ་སྒྲིངས་ཕ་ཡུལ་བླན་པའི་སྒྲ་ཆུང་འདི་ཐོར་སོང་།

སྒྲིག་གཏམ་བདུན་ཅིའི་ཐིགས་པ།

ཐིག་འཛིན། (ཐིག་གནས་ཁ་པ།)

ཐིག་པའི་རལ་གྱི་དགུང་ལ་འཕྲུང་བའི་ག་རུས་གཅིག་པའི་སྒྲིག་ཟུན་ཟླ་ཆོ།
གཞིས་ལུས་པོད་མིས་བཅན་གནོན་འོག་ཏུ་བཅུ་སེམས་འོ་ཆུ་གཅིག་ཏུ་སྒྲིལ།
རེ་བའི་མིག་ཟུང་ང་ཆོར་ཕྱོགས་ཏེ་སྒྲིག་འཛིན་སྒྲིག་བཟང་སྒྲིག་བཞིན་གདལ།
བྲག་ཐིག་མ་ཡི་ཕུན་གཅིག་པོས་ནང་འབྲུག་བྲས་ན་དག་པོའི་ཕྱོགས།

གནས་ལུགས་ཏེ་པོའི་རང་ཅལ་སྒྲིག་པའི་དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་སྒྲིག་ཟུན་ཟླ་ཆོ།
གཞིས་ལུས་པོད་མིའི་སྒྲིག་རུམ་གྱིང་ལ་སྒྲིག་གསལ་སྒྲིག་མེ་མཁོ་བཞིན་འདུག།
དམར་རྒྱུང་སེམས་པ་ཡར་ལ་བཏོགས་ཏེ་ཆིག་སྒྲིལ་སྒྲིང་སྒྲིག་སྒྲིལ་ན་སེམས།
སྒྲིལ་ནན་པ་ཡི་བྲ་རབས་ཆ་རྒྱུད་མཐུད་ཅེ་གཏད་ན་དག་པོའི་ཕྱོགས།

བཟང་ངན་བྱ་སྒྲིང་ལེགས་པར་རྟོགས་པའི་མ་འོངས་སེན་ཅ་སྒྲིག་ཟུན་ཟླ་ཆོ།
ཅི་ནའི་ཡུལ་གྱི་དུག་སྒྲུབ་ནག་པོས་བྱུང་འཕགས་པོད་ཀྱི་ཐིག་གཞུང་ལ།
སྒྲིང་མིག་མཆེ་བ་དམིགས་སུ་གཅིགས་དུས་རང་ཐིགས་པན་ཚུན་ཅོད་པ་ན།
དག་པོད་གཏམ་པའི་མཆོད་སྒྲིན་ཡིན་པ་བྱུང་སྒྲིང་གནག་ཇི་ཡིས་ཀྱང་རྟོགས།

དག་པོར་འཛིགས་ནས་རང་ཡུལ་བསྐྱར་བའི་གཞན་བརྟེན་སྒྲིག་འབྲུག་གཅིག་པ་རེད།
སྒྲི་མཐུན་ལས་ངན་འབྲས་བྱར་སྒྲིན་ཏེ་གངས་རྒྱུང་ས་ལུན་པས་བསྐྱབས་པ་འདི།
གང་ཟག་གཅིག་གིས་བརྒྱ་ཁ་གཅིག་གཅོད་བྲས་པ་མིན་པ་ཀུན་གྱིས་རྟོགས།
ཡལ་ས་ནམ་འབྲུན་ཉི་མ་བཞུགས་དུས་འཕྲུར་བ་བྱུང་འདེགས་བྲས་ན་སེམས།

དགའ་བའི་མེ་ཏོག་གི་མཆོད་པ།

ཆོས་འཛིན་སྒྲོལ་མ། (རིག་གནས་གཤམ་པ།)

ཆོས་སྲིད་མཁྱེན་པ་རལ་ལྷུང་གཡོ་བའི་རྩོར། ཞི་བའི་ལམ་ནས་དག་རྣམས་འདུལ་ཐབས་ཀྱི།
བུམས་སེམས་གསེར་གྱི་ཚིང་པན་ལེགས་འཕུང་བའི། ཐབས་བཟང་ན་བདུན་དབང་པོ་འཇམ་གླིང་རྩོར།
མཁས་མང་ཆོགས་པའི་མདུན་སར་རྣམ་མཁྱེན་རྩི། ཤར་བས་མཁས་མང་དགེས་པའི་འཇམ་དཀར་གྱིས།
ལགོང་ས་མཆོག་ལ་ཞི་བདེའི་གཟེངས་རྟགས་ཐོབ། ཉི་མའི་གཉེན་གྱི་ཁེངས་པ་ཅིག་ཅར་བསྟེལ།

འགྲོ་ཀྱན་བདེ་བ་ཡིད་ལ་བརྟག་པའི་ཕྱིར། རྟན་པའི་བསྐབ་བྱ་དབྱར་གྱི་རྩེ་ཆེན་དེ།
ཉིན་མཆོན་དངུར་མེད་བྲེལ་བས་དུས་འདུལ་བའི། འཇམ་གླིང་ས་གཞི་ཀྱན་ལ་རབ་བསྐྱགས་པས།
ཞི་བདེའི་དེད་དཔོན་ཆེན་པོ་གང་དེ་ལ། རྩོགས་རྣམས་ཐམས་ཅད་དད་པའི་མཆོད་སྦྱིན་གྱིས།
རྩི་མེར་བཅས་པས་དད་ཅིང་མཆོད་པར་བྱེད། ཡངས་པའི་ཀྱན་གསལ་ལམ་དེ་དོག་པར་བྱས།

སྤངས་རྟོགས་ཤེས་བྱ་ཡངས་པའི་ཀྱན་གསལ་ངོས། དགུན་ཁྲི་འབྲང་པོའི་ཆོས་བརྩམས་ཉིན་བཟང་འདིར།
བུམས་སྤྲིང་རྟག་བསམ་རྩུ་ཤེལ་དབང་པོ་འཆར། བྱ་ཤིས་ཉིན་འབྲེལ་བཟང་བའི་དུས་ཆོགས་ཤར།
སྦྱེ་འགྲོ་ཀྱན་གྱི་ཆ་གདུང་ལེགས་སེལ་བས། ལུ་ཅག་སྦྱུན་ཁྲི་རྣམས་ཀྱིས་དགའ་འཛོམས་ངར།
རྟན་གྲགས་ཅན་གྱི་གཟེངས་རྟགས་བྱེད་ལ་ཐོབ། གར་དང་རྟན་དབྱངས་སྒྱུ་ཡི་མཆོད་པ་འབུལ།

འཛིན་མའི་མཁས་པ་འབུམ་གྱི་གདེངས་ཀའི་སྤྱར།
རྩ་བའི་སྒྲ་མ་བརྟན་འཛིན་གྱི་མཆོ་ལ།
གསེར་གྱི་རྟགས་མ་ཐོབ་པས་བདག་ཅག་རྣམས།
དགའ་བའི་མེ་ཏོག་རྩོང་གི་ས་གཞི་བསྐྱུན།

གསུང་དང་གསུང་རིམ་གྱི་ཆུང་གི་རིག་པ་

འཆི་མེད་ལྷ་སྒྲིབ་ (རིག་གནས་གཞི་ལ་)

ཨ་མ་གྱི་སྒྲིབ་ལས་མཆོད་པའི་ཁྱད་འཕགས་ཆོལ་གསུམ་གྱི་སྒྲིབ་ཆུང་།
དེ་ལྟར་ཆུང་གི་ཆོལ་གྱི་བཟོ་སྒྲིབ་ཆུང་ཆུང་ཆུང་ཆུང་ཆུང་ཆུང་ཆུང་།
ས་གནི་སྒྲིབ་ནས་གྱི་གཞུང་འོ་ཆོས་ཀྱི་ཆུང་པ་དེ་ལྟར་ཆུང་།
གཞི་ཆུང་ཆུང་ཆུང་ཆུང་ཆུང་ཆུང་ཆུང་ཆུང་ཆུང་ཆུང་ཆུང་ཆུང་ཆུང་།
ལ་ལུང་གི་སྒྲིབ་ཆུང་ཆུང་ཆུང་ཆུང་ཆུང་ཆུང་ཆུང་ཆུང་ཆུང་ཆུང་ཆུང་།
ར་བཟོ་སྒྲིབ་པ་ཞིག་མིན་ན་དཔལ་དང་ལོངས་སྤྱོད་དག་འཛོམས་སྒྲུབ་སྒྲིབ་།
ལ་ཐོག་མེས་དཔོན་ནས་མཆོད་པའི་གོམས་གཤིས་ལྷགས་སྒྲིབ་དེ་མ་གཞི་གྱི་།
འ་ཁྱུང་འཆལ་གཏམ་ཚམ་མ་ཡིན་སྤྱོད་དོན་ཆུང་ཆུང་ཆུང་ཆུང་ཆུང་ཆུང་ཆུང་ཆུང་ཆུང་།
ཟ་ལོག་གི་ཆུང་དང་སྒྲིབ་ཆུང་ཆུང་ཆུང་ཆུང་ཆུང་ཆུང་ཆུང་ཆུང་ཆུང་ཆུང་།
ཞ་ར་དབང་སྒྲིབ་ཞིག་མིན་པོད་ཀྱི་རིགས་གཞུང་དེ་སྒྲིབ་སྒྲིབ་།
མ་མོ་ཆོན་ལག་ནས་ཐར་འབྲེལ་གདོང་དམར་པོད་སྒྲིབ་ཞིང་ཆོ།
ཇ་དག་མི་རིགས་ཀྱི་ཆོ་སྒྲིབ་ལ་ཁའི་ཉི་མ་བཞིན་སྒྲིབ་སྒྲིབ་དུས།
ཆ་བསེལ་གདུང་བ་དག་འཇམ་རིགས་བསྒྲིབ་འཛོན་སྒྲིབ་ཆུང་ཆུང་ཆུང་ཆུང་ཆུང་།
ཙ་རི་གངས་རི་སོགས་བསྒྲིབ་བཞིན་སྤྱོད་དག་སྒྲིབ་ལ་འབད་ལས།
མ་གཞི་དག་གཞི་ལོན་སེམས་སྒྲིབ་པ་ཉི་མོ་ཡི་སྒྲིབ་ཆུང་།
བ་སྒྲིབ་པོ་བའི་སྒྲིབ་ཆུང་ཆུང་ཆུང་ཆུང་ཆུང་ཆུང་ཆུང་ཆུང་ཆུང་ཆུང་ཆུང་།

པ་ལྟར་དྲིན་ཅན་གྱི་མགོན་པོའི་ཞི་བདེ་བྱང་བ་དེན་ལ་བརྩོན་དགོས།
པ་སངས་དུས་བཟང་གི་སྐལ་པར་བཀའ་སློབ་ཡང་ཡང་དུ་བསྟུལ་བས།
ན་རྒྱུ་སེམས་པ་རུ་འཛིན་རྒྱ་གལ་འགངས་ཤིན་ཏུ་ནས་ཆེ་འདུག།
ད་ལྟ་རང་རིགས་ཀྱི་ཆབ་དཔལ་རིག་གཞུང་ཉམ་ང་ཡི་དུས་འདིར།
ཐ་སྙད་རིག་ཀྱན་སྤངས་ནས་ཉམས་པ་སྤར་གསོ་ལ་བརྩོན་དང་།
དུ་ལའི་བླ་མའི་དགོངས་དོན་དེ་གྲུབ་པའི་དུས་ལ་སླེབས་ཡོད།
ཉ་མོ་ཆུ་ལ་བརྟེན་བཞིན་སྤྱབས་གནས་དཀོན་མཆོག་ལ་བསྟེན་ཡང་།
ང་མངར་རོ་བརྒྱའི་ཟས་ལ་རོལ་རྒྱའི་བར་ཆད་ཞིག་བྱུང་ན།
ཆ་རྒྱུན་ཉིན་བཞིན་དུ་རྒྱད་ནས་འགྲོད་གཏུང་མི་ཡོང་བའི་ཆེད་དུ།
ཅ་ཅོ་བག་མེད་ཀྱི་རྒྱམ་གཡོང་རྒྱལ་མིན་བྱ་སྤྱོད་ཀྱི་ངང་རྒྱལ།
ང་རྒྱལ་དུག་གསུམ་གྱི་ཉེས་དམིགས་མི་གཙང་གད་སྤྲིགས་བཞིན་གཡུག་དང་།
ག་ཆད་གཟེ་བཞིན་དང་ལང་ཆོ་ལྷན་ཡང་འཛིག་པའི་ཆོས་ཉིད།
ཁ་བ་གངས་ཅན་གྱི་ལྗོངས་ཀྱང་བཙན་པོ་གོང་མ་ཡི་སྐབས་སུ།
ཀ་ཏོ་བྲག་རི་བཞིན་སྤྱ་བས་སུས་ཀྱང་གཏོར་བ་ཡི་ཐབས་དཔེན།

(ཤོག་ངོས་༤༡ འཕྲོ་མ)

གཞན་གྱི་ལུང་པར་ཡུལ་ལུང་བརྩད་ན་རྒྱ་དམར་ཇག་པས་ཁོང་དགོད་ཤིང་།
ཨ་མའི་བྱ་ལ་དཔའ་རྩལ་ཡོད་ན་རང་ཡུལ་དག་པོའི་ལག་ཏུ་ཡོད།
གྲུ་འཛིན་གཉིས་པའི་ཕོ་བྲང་རྩེ་ན་བདེན་པའི་རྒྱལ་དར་བསྐྱང་བར་ཕེབས།
དོན་མེད་ཀྱ་ཅོས་ཁོར་ཡུག་དཀྲོགས་འདི་དག་དགའ་གཉེན་སྤྲུག་ཉིད་ལས་ཅི།

ངམི་གཙུང་མོ།

(རེ་ཏ་དང་གཅེན་གཙུང་བསྐྱེགས་ནས་ལོ་གསུམ་འཁོར་བའི་ཉིན་གྱིས།)

དོ་མེ་ཆོ་སྤང་། (རིག་གནས་ག་པ།)

ག་ཁྲག་ལུས་ཀྱི་འབྲེལ་བས་བརྩམས་མིན་ཡང་།།

རྫོན་བསགས་ལས་དང་རྫོན་ལམ་མཐུན་པའི་མཐུས།།

དུང་སེམས་འོ་རྒྱུ་འདྲེས་པའི་སྤང་རྒྱུང་མ།།

རྒྱུས་མེད་ཡུལ་འདིའི་མཛའ་བཤེས་གཅིག་ཕྱིན།།

ཞིམ་མངར་ཟས་ཀྱི་གཡོ་སྤྱོད་ལག་ཅེལ་མཐོ།།

གནས་ཁང་གྲོན་ཆས་གཙང་སྤྱི་དོར་མཁས།།

ཉེར་མཁོའི་ཡོ་བྱད་ཉར་ཆགས་བྱ་བ་ཞིབ།།

ངམི་གཙུང་མོའི་ལས་ཀ་སེམས་ལ་འཐད།།

བྱང་དུ་གྲེས་ཀྱང་མཛོན་སྒྲིག་བྱུང་འགལ་མེད།།

མཉམ་དུ་འཛོམ་ཡང་ཨ་གསར་ངོ་དགའ་མེད།།

བརྩེ་བའི་སེམས་པ་ནག་ཏུ་འགྱུར་བ་མེད།།

ངམི་གཙུང་མོའི་གཤེས་ཀ་སྤྱིང་དུ་རྩུག།

གསེར་དང་དདལ་གྱི་བྱུན་ཆས་མ་སྤྱོད་ཤིང་།།

སྒྲ་ཆོགས་ཆོན་གྱིས་སྒྲིག་ཉམས་མ་གཏོད་ཀྱང་།།

རང་བཞིན་གཤེས་ཀྱིས་མཛེས་པའི་འཇུག་ལུལ་དེས།།

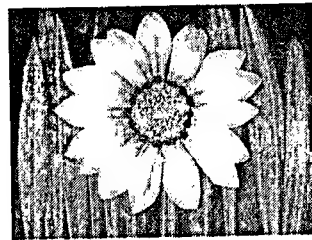
རྩལ་བྱ་མོ་སྤྱོད་གི་ཁེངས་པ་བསྟེན།།

ངལ་བའི་ལས་ལ་བཀོལ་ཀྱང་མི་སྤྱོད་ཤིང་།།

ཁོ་བའི་ཆོག་གིས་གཤེས་ཡང་སྤྱོད་པ་བྱུང།།

ཅི་བྱས་བདག་གི་སེམས་དང་བརྩུན་པ་ཡི།།

ངམི་གཙུང་མོའི་སྤྱོད་ལམ་ཡིད་དུ་འོང་།།



དགུ་ཚེགས་ཀྱིས་དྲངས་པའི་སེམས་པ།

རུ་གཉན་ཐང་། རིག་གནས་ག་པ།

ཉི་ཟླ་རེས་ཀྱིས་འཁོར་བའི་ཚེས་ཉིད་ཅམ་བཟན་ཀྱང་།
གང་ལ་རྒྱས་མངའ་མེད་པའི་གཞན་ཡུལ་གྱི་གནས་འདིར།
སྟོན་པའི་ལོ་མ་རེ་ཡང་མིག་ལམ་ལ་གཟན་པས།
ཡིད་ཀྱི་བྱ་ཚུང་གདུང་བའི་སྤངས་འདར་ཞིག་ཤོར་སོང་།

སྤང་བ་ཡུལ་ལ་བསྐྱབས་ཀྱང་མུན་ནག་གི་ཁམས་ནས།
ཤེས་བྱའི་གནད་ལ་ཕྱོག་པའི་སྒྲིཛོད་དེ་མི་འདུག།
མིག་བྱང་གནམ་ལ་བརྟམས་ཆེ་དྲངས་གསལ་གྱི་མཁའ་ནས།
བྱེས་པའི་དུས་ཀྱི་སྐར་ཚོགས་ཆེམ་ཆེམ་དུ་དགད་བྱུང་།

སྟོན་ཟླའི་མཚན་སྤྲངས་སྒྲིའི་བྱག་སྐད་ཀྱིས་དྲློག་ཆོ།
ཕྱགས་སྐོར་མཐོ་གང་མ་ཞིག་ཕུ་བྱང་དུ་བྱུང་དེ།
ཤུགས་ཁྱུ་རིང་མོས་ནོར་ལུག་ལྟས་མལ་ནས་དྲློག་བཞིན།
བྱ་བ་བད་ཀྱིས་སྤང་བའི་སྤང་ཚུལ་དེ་བྲན་བྱུང་།

ཚུང་གི་རྒྱ་བ་ཤོད་པའི་སྟོན་འདུག་གི་དུས་སུ།
ཁྱོད་ཀྱི་ཇི་བག་སྟོད་པའི་བསྐལ་བཟང་གི་མཚན་མོར།
ཟླ་འོད་ཁ་ཆེ་བརྒྱད་ནས་ཁྱོད་གདོང་ལ་འབབ་ཆོ།
ངོ་ཆའི་བཞིན་མདངས་འགྱུར་བའི་རྣམ་པ་དེ་བྲན་བྱུང་།

མི་ཁ་བཅོས་བདུམ་པའི་ཐོ་རེངས་གི་དུས་སུ།
རྩོམ་དཀར་བཞི་བེད་ཁྱེད་ནས་ཚུ་ཁ་ནས་འབྱུང་དུས་སུ།
མཆི་མའི་ཐྱེང་ཐག་བདག་གི་ཕྱག་སྦྲིང་ནས་ཆད་པས།
སེམས་པ་ཉིན་བརྒྱར་བརྒྱན་པའི་བྱག་གཟེར་དེ་དྲན་བྱང་།

སྔོན་གྱི་སྤྱིན་པས་འཇིག་རྟེན་དམར་ནག་ཏུ་བསྐྱར་དུས།
རེ་བའི་མིག་བྱང་གནམ་སའི་མུ་མཆམས་ལ་བལྟས་ནས།
དད་པའི་དྲངས་མ་གཡུ་ལོ་བཀོད་པ་ལ་བཙེལ་བཞིན།
ཉམ་ཚུང་མཆི་མ་འཐོར་བའི་ནམ་པ་དེ་དྲན་བྱང་།

ཉ་མོ་འབྲུག་པས་བསྐྱེམས་པའི་དགུན་གཞུང་གི་དུས་སུ།
ཅག་ལྗོམ་རི་ལ་བྱག་པའི་ཁེར་རྒྱང་གི་མཆོན་མོར།
སྤྱིན་པ་རྒྱང་གིས་གཏོར་བའི་དགུང་སྔོན་གྱི་གནམ་ནས།
ཟླ་བའི་གོམ་འགྲོས་འཁྱོར་བའི་སྒྲིན་ངག་དེ་དྲན་བྱང་།

དུ་སྤྱིན་དྲངས་མཐའ་མེད་པའི་ཡུལ་གྱི་འདིའི་མཐའ་ནས།
ཁེར་རྒྱང་སྔོ་བའི་གོམ་ཁ་ཟླ་ངོགས་སུ་བསྐྱར་ཆོ།
ང་དང་ཟླ་བའི་ལས་དབང་སྟོང་གསུམ་གྱིས་ཆོར་ནས།
འཇིག་རྟེན་སྔོ་བའི་སྤང་བཅོག་མོག་ཏུ་གྱུར་མོང་།

དགུ་ཆོགས་སྤྱི་མོས་དྲངས་པའི་འཇིག་རྟེན་གྱི་སྔོང་ནས།
དན་གདུང་སྒྲག་ཁྱེད་གཟིག་ཁྱེད་སྟོར་འཐེན་རེ་བྱས་ཀྱང་།
དམར་པོ་ཁྲག་གི་བསྐྱེབས་པའི་ལོ་རྒྱུས་དེ་བསམས་ཆོ།
བརྒྱབས་བྲག་ལ་བདེ་བས་ཀྱང་མཆོངས་ལས་མི་འདུག།

རྩོམ་ནག་དྲ་ལ་གནས་པའི་མགུར་དྲ།

(སྐྱེས་ཆེན་དམ་པ་ཞིག་གི་རྩོམ་དྲན།)

སྐལ་བཟང་ཉི་མ། (རིག་གནས་ག་ལ།)

མགོགས་འགོས་དུས་ཀྱི་གདམ་བཟང་ན་བར་གཟན། ལྷག་གི་སྒང་བཡིད་ལ་མི་བྱེད་ཅིང་།
གནམ་ལྷགས་ཐོགས་ཀྱི་ཉི་མ་མཆོད་པར་བཟུང་། བྱིན་རྒྱལས་བདུད་ཅི་འབབ་པའི་རེ་སྟེག་གསོན།
ལ་ལུང་ལུང་གྱིས་གཤེགས་པའི་གནམ་འོག་འདིར། ལ་མ་བརྒྱ་ཡི་གནམ་ས་འདིའི་བར་ན།
གས་གཉེར་རི་མོར་འདུག་པའི་གཤིས་ཀ་ཞིག ལུག་བཞི་མ་ཐོགས་ལྷགས་ཀྱི་འདུ་འགོད་ཅིག།

འབྲང་གཡག་སྟོབས་ཀྱིས་འདུར་བའི་དོར་ཁ་རུ། རུ་འབྲང་གཡུར་ལ་གངས་རིའི་ཐོད་དུ་གཟེངས།
ཆང་ཆང་ལྗང་ལྷག་གཡེ་བའི་ནགས་སྒོང་འགྲིམས། ལྷུ་ཆུར་དོ་ལ་གཞུས་ཏེ་ལ་ལྷ་སྐྱགས།
འབྲས་ལྗན་སྟེ་མ་ཁྲར་བའི་མགོ་ཐོག་ལ། ལྷ་གནག་སྒོ་ཡི་བོང་ཆད་ནམ་ཐོས་འཛིན།
སྒྲིན་ནག་ཐབས་ཀྱིས་དྲིགས་པའི་སད་སེར་འཁོར། མེ་ལུང་ལྷ་བསྐྱར་ཡང་ག་ལ་འཛོམ།

ལུན་པའི་ལྷ་མོ་གས་ལྷ་ལ་རུ་བཞག། བྱི་རོལ་མིག་གི་ལྷང་ལམ་ཅི་ཅིའི་ལུལ།
ཉིན་མོའི་ཉི་མ་སྟེང་པའི་མི་རི་དེ། མ་དག་སྒོ་ཡི་བང་ཙལ་ལྷ་ལ་ཁམས་མཐར།
འཛམ་གླིང་ཡངས་པའི་གོང་དུ་རྒྱུ་ཤིང་ལྷ། ལྷ་ཡི་བཀའ་བྲིམས་ལྷགས་ཀྱི་དྲ་བ་དེར།
ངན་དགའི་སྐྱ་འདྲན་ཟེར་བའི་སྟེང་ག་ལྷུབས། སྟོད་ཀྱི་འབྲུང་བ་དྲིགས་པ་ཨ་རེ་མཆར།

སྟེག་མའི་ལྷ་འཛིན་བྲལ་བའི་ལྷ་ལམ་ན། བདེན་པའི་འོད་སྒྲང་བསྐྱབས་པའི་སྤྱི་བ་ལྷགས་དེར།
སྐས་ངན་འདབ་ཆགས་འཕུར་བའི་གཤོག་སྒྲ་ཞེས། དཀར་ལྷོ་ཀ་གནས་ལྷ་འཛོལ་བའི་ལྷ་ཆོགས་ཤིག།
ཐོས་འཛིན་ས་ལ་གཏད་པའི་མི་ལམ་དེ། མ་བུ་སྒྲིང་བཞིན་འཁོད་ཞེས་བཀའ་ལུང་དེ།
གནའ་དེང་ས་ཐོག་འདི་ཡི་ལོ་རྒྱུས་ཤིག། བསེན་པའི་ཡིད་ཆེས་ཁྱོད་ལ་ཡོད་དམ་ཅི།

སྒྲུབ་པར་ལྟར་མ་བྱེད་པ་ལྟར་ལྟར་བཤེར།
སྒྲུབ་པར་ལྟར་ལྟར་ལྟར་ལྟར་ལྟར་ལྟར།
བསྐྱེད་པ་དེ་དེ་ལྟར་ལྟར་ལྟར་ལྟར་ལྟར།
གཞུགས་པམས་མེ་ལྟར་ལྟར་ལྟར་ལྟར།

གདོལ་ཆས་ཕྱང་པོ་བཞགས་ཀྱང་མི་ཞོངས་ཡང་།
རིག་པའི་རིན་ཐང་ཟེགས་མའི་ཕྱང་པོ་ཅམ།
དོན་མེད་ས་ལ་འཐེམ་པ་ཤིན་ཏུ་འགྲོད།
ཞེས་འདིར་ཕྱིར་མིག་བྱིད་ནས་བྱིད་ཉིད་འགྲེལ།



གྲོགས་པོ་ (D-T) ལ་ཐུལ།

བསྒྲུབ་འཛིན་ཞོར་བྲ། (དེ་མ་ལ་ཡའི་དགེ་འོས་)

འདོད་རིགས་ཏྲ་ཡི་ཞབས་སྒྲུབ་ཐོས་ཤིང་།
མོང་བྱད་མག་ལ་ཤོར་བའི་གཡུལ་ས་འདིར།
དུད་ནག་མཁའ་རུ་འཐེབས་པའི་གྲིབ་ནག་འོག།
སེམས་དང་བསམ་པའི་གཏིང་ནས་བྱིད་ཉིད་བྱེད།

ཞལ་རས་རྒྱ་བའི་དབྱིབས་ཅན།
བསེལ་ཟེར་འོད་དཀར་འཕྲོ་བྱས།
བྱིད་ཞལ་རྒྱ་བར་འབྲུལ་ནས།
མི་ལམ་ནང་དུ་ཡལ་སོང་།

འཇམ་གླིང་ས་ཆེན་ཐོག་འདིར།
ངེད་གཉིས་སྐལ་བ་ཡོད་ན།
ཆོས་བཟང་དགེ་བའི་ཉིན་མོར།
ཁང་བཟང་གཅིག་ཏུ་འཛོམ་ཡོང་།

བྱིད་ཀྱི་བཅངས་པའི་བརྟེན་གདུང་།
མ་བཤེད་སྤིང་ལ་བཀོད་ནས།
ཡོད་ཆད་ཁོག་ཏུ་སྐྱས་ནས།
སྒྲིབ་ཏུ་སྒྲུབ་གིས་མཚར་སོང་།

རེ་བའི་སེམས་ཀྱི་སྒྲོན་ལམ།
ང་གཉིས་གཅིག་མཆུངས་ཡིན་ཀྱང་།
ཆོ་སྒྲོན་ལས་ཀྱི་དབང་གིས།
དགའ་བོད་སོ་སོར་གྲུས་སོང་།

བྱིད་ཀྱི་མཆོག་ནས་བཀྱར་བའི།
བྱེད་ཉིད་ཡིད་ཀྱི་མེ་ཏོག།
ལག་གི་སྒྲིམ་པར་བཟུང་བྱས།
བྱིད་ཞལ་དངོས་སུ་མཇལ་བྱུང་།

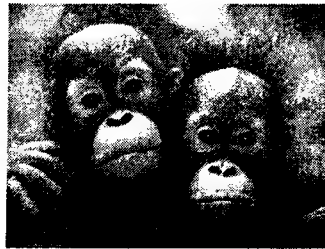
རང་བཙན།

མོ་བཟང་ཉི་མ་ཁ། (མཚམས་སྒྲིབ་)

གཞུག་གཅིག་གི་གདོང་དམར་སྤྱན་ཟེ་ནམས།
རང་དོན་མ་སེམས་སྤྱི་སེམས་ཁྲར་དྲུ་ལོངས།
ཕྱགས་བསམ་བླག་དང་མཚུངས་པའི་སེམས་ཤུགས་ཀྱིས།
རང་བཙན་དོན་ལ་འབྲངས་ཤིག་ཅམ་གཟན་ནམས།

རང་བཙན་མེད་ན་བདེ་སྤྱིད་ཇི་ལྟར་འཚོ་ལ།
རྒྱང་ཁམས་མེད་ན་འཚོ་བའི་ལྟར་རོལ།
དག་བྱེད་མེད་ན་སེམས་ཅན་ཇི་ལྟར་འཚོ།
རང་བཙན་དོན་ལ་འབྲངས་ཤིག་ཅམ་གཟན་ནམས།

ས་བོན་སྤྱུ་ལེགས་ཇི་ལྟར་ཡོད་ན་ཡང་།
ས་ཁིང་མེད་ན་ཇི་ལྟར་འདེབས་ལས་བྱེད།
རང་ཅག་བོད་མི་སྟོབས་འབྱོར་ཆེན་ཡང་།
རང་བཙན་མེད་ན་ཇི་ལྟར་འཇུགས་བསྐྱུན་བྱེད།





ཆོས་གྲགས། (ནང་རིག)

ང་ཆོས་ དགའ་མ་འཆོལ་བར་འགྲོ།
འཛིན་པོ་ཆེ་པའི་སྐྱེད་སྐྱེད་བཞིན་ཏེ།
གུ་དྲིགས་པའི་སྤང་ལམ་འགའ་བརྒྱུད་ནས་འགྲོ།
དེ་ཞིམ་གྱི་ཆུ་ཐིགས་ལུས་སྤེང་ཏུ་བཀྲུས་ནས།
གནག་སྒྱུ་གྱི་སྒྲ་ལོ་གྱེན་ལ་གཟེངས་ནས་འགྲོ།

ང་ཆོས་ མེ་ཏྲོག་དམར་པོ་རེ་ལག་པར་བཟུང་ཞིང་།
ཡིད་ཆེས་ཀྱི་བྲང་ཁ་ཆེས་ཆེར་ལྡང་ནས།
དགའ་མ་འཆོལ་བར་འགྲོ།

ང་ཆོས་ བདེན་མཐའ་འཆོལ་བར་འགྲོ།
གུ་ཡངས་པའི་རྩ་ཐང་སྤེང་ཆགས་པའི་ནག་ཐིང་ཐིང་གི་གཡག་ཞོད་བཅིབས་ནས་འགྲོ།
དྲངས་གཙང་ཆུ་ཁར་འཆོ་བའི་བྲང་བྲང་དཀར་མོ་བཞིན་ནས་འགྲོ།
པོ་རྒྱུས་ཀྱི་སྐྱེག་བམ་ཕྱག་ཏུ་འཁྱུར་ཞིང་མེ་རིགས་ཀྱི་ལ་རྒྱ་སེམས་བྲང་ལ་བཞག་ནས།
བདེན་མཐའ་འཆོལ་བར་འགྲོ།

ཀུམ་རེ་སྐལ།

བསོད་ནམས་དཔལ་སྦྱོན། (རིག་གནས་ཀ་པ།)

ཀ་ལེ་གསོན་དང་གངས་ཅན་སྐྱུ་ཟླ་ཆོ།
ཁ་ཞེ་སྒྲོ་སྐྱར་ལོག་བཞད་དག་སྤངས་ནས།
ག་ལེར་ཐོས་འཛིན་བྱ་ག་ཆེར་བསྐྱེད་དེ།
ང་ཡི་སྙིང་ནས་ཁུས་པའི་གཏམ་ལ་གསོན།

ཅ་ཟེང་འདྲུ་འཛི་དཔེན་པའི་ཆོས་ལྡན་ཁིང་།
ཆ་ཡོད་རིན་ཆེན་གཏེར་རྒྱས་འདོད་འཛི་དཔལ།
ང་སོཌ་འདོད་ཀྱི་འཛོམས་པའི་ཁིང་ཁམས་འདིར།
ཉ་ཁྱུ་ལྟ་བུའི་འཆོ་མེད་ཁི་བདེར་འཆོ།

ཏ་ལའི་ཟླ་མའི་གསང་གསུམ་མཛད་འཕྲིན་དེ།
ཐ་མལ་ཞོར་འཛིན་སྐྱེ་བའི་སྙིང་ཞོར་དང་།
ད་དྲུང་ཕན་བདེའི་ལམ་སྟོན་སྤྱང་ཆང་གིས།
ན་ཁྱུང་དྲུ་མར་སྦྱོས་པའི་སིམ་པ་གཏེར།

པ་ཏ་ལྟ་བུའི་ཡངས་པའི་མདུན་ལམ་ཞིག།
ཕ་མ་བྱམས་ཅན་ནམས་ཀྱིས་ལགས་བསྐྱུན་པར།
བ་སྤྱང་བརྟུལ་ཞུགས་གྱིང་པོ་དེ་དོར་ནས།
མ་ཡི་ལྷ་རིན་འཇལ་ལ་བརྩེན་པ་གྱིས།

ཅ་བའི་སྤྱོད་མས་གངས་རིའི་བདེ་སྐྱུ་སྤྱད།
ཆ་གྲང་བྱུང་བསད་འཕྲུ་ཡུལ་ནུ་མཐར་བཞུག།
ང་ཡིའི་དམ་ཆོས་བསྟན་ནས་ཡོ་རོབ་དང་།
ཕ་མོ་ལྟ་བུའི་རྒྱ་ལ་ཁི་མཐུན་གནང་།

ཞུ་བཞིན་གངས་ཅན་རིག་གཞུང་ལྟར་བཀྱར་ནས།
ཟ་འདྲེ་དམར་པོའི་སྟོང་བསམ་རྟུལ་དུ་སྦྱོགས།
འ་ཅག་ཟང་ཟང་ཞོར་ལ་དམེ་ཚུང་པའི།
ཡ་མ་བསྐྱེད་བྱ་སྦྱོང་རིང་དོར་ཏེ།

ར་རིའི་སྦྱོགས་འཐེན་དྲི་མས་མ་འགོས་པར།
ལ་སྦྱོང་གདུང་ཤུགས་གཅིག་གིས་རང་དབང་ཚུང་།
ག་ཆ་སྙིང་ནས་ཁུས་པའི་སེམས་གཏམ་དེ།
ས་སྦྱོགས་གང་དུ་བསྐྱེབས་ཀྱང་སྙིང་ལ་ཆོངས།

ཏ་ཅང་སྙན་པས་ཐོངས་ཀྱང་བདེན་གཏམ་དེ།
ཨ་ཅི་ཅུང་ཟད་ཕན་རེས་ཚུལ་བསྐྱེས།
ཏ་ལད་ཏར་དགོད་མ་གནང་ན་མཉམ་ཆོ།
ཨ་མེས་བཀའ་དྲིན་བྲན་བཞིན་བྲིས་པ་དག།

གང་ལྟར

ང་ཁྱེད་ལ་དགའ།

ཞར་བཞོན་ཅིག

ཐང་དོན།

ང་རང་སྲུ་ཡིན་ངས་ཀྱང་མི་ཤེས་ལ་ སྲུས་ཀྱང་མི་མཁྱེན

གང་ལྟར་ང་ཁྱེད་ལ་དགའ།

མདོར་ན ང་ཞི་ཁྱེད་ཀྱིས་ཅི་ཞིག་མཐོང་བ་དེ་རེད

ང་ཁྱེད་ལ་དགའ། རྒྱ་མཚན་སྲུ་ཅམ་མེད་པར་ཁྱེད་ལ་དགའ།

མདོར་ན ང་ཁྱེད་ཀྱི་ཅི་ཞིག་བཤད་པ་དེ་ལ་དགའ།

ང་རང་དབང་དང་ཐོབ་ཐང་ལ་དགའ།

ཁྱེད་ཀྱིས་ཅི་ཞིག་བཤད་ཆད་ང་ལ་རང་དབང་དང་ཐོབ་ཐང་ཡིན

ང་མངའ་ཐང་དང་ལོངས་སྤྱོད་ལ་དགའ། ཁྱེད་ལ་ཅི་ཞིག་ཡོད་ཆད་ངའི་མངའ་ཐང་དང་ལོངས་སྤྱོད་ཡིན

ཁ ན མེ བགྲང་མི་ཚར་བ་མང་པོ་མང་པོ་ཞིག་ཁྱེད་ལ་ལྷན

དེའི་ཤྱེན་གྱིས ང་ནམ་ཡང་ཁྱེད་ལ་དགའ།

སྲིད་པ་མ་རྒྱུང་བར་དུ བསྐལ་བ་མ་འཛིག་བར་དུ

ཁང་པའི་བདག་པོ།

ནམ་ཡང་། སྒྲར་གསོ་དང་བཟོ་བཅས་མེད་པའི་ཁང་རྒྱུང་ཞིག་རལ་དུ་སོང་བེན།

འོན་ཀྱང་། ཁང་རྒྱུང་འདིའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་དཔང་པོ་ཁྱེད་རང་ཡིན་པས།

སྒྲི་ཕྱགས་ཀྱི་ལྷ་མིག་འཛིན་མཁན་ཡང་ཁྱེད་ཁོ་ན་ཡིན།

ཁྱེད་འགྲོ་དུས། ཁང་པ་འདིའི་སྒྲིའི་ཕྱི་རོལ་ནས་ཕྱགས་བྲུ་བརྒྱུ་མ་བརྒྱུ་རོགས།

མཆོད་པའི་མེ་ཏོག

བྱང་ཆུབ་སྒྲོལ་མ།

བྱང་ཆུབ་སེམས་མཆོག་རིན་ཆེན་གྱིས་སྤྲས།
རིས་མེད་འགྲོ་ལ་ཐུགས་བརྩེ་བྱམས་པས་སྦྲིང་།
བསྐབ་གསུམ་སྤར་སྒྲིག་གར་ལ་རབ་ཅེན་པའི།
འགྲོ་མགོན་ལྷ་མ་སྤྲོད་གསུམ་གཙུག་ན་བྱུང་།

སྤང་ལམ་ཉལ་བའི་འབྲམ་པོ་ཉམ་ཐག་ཆོ།
རྗེས་སུ་འཛིན་ལ་གཤེལ་བ་མ་མཆིས་ཤིང་།
ལྷབས་ཆེན་ཐུག་གི་བཞེད་པ་རྩོན་འགྲུབ་བྱིར།
རེ་བ་གསར་བའི་གོམ་ཁ་རྩོལ་སྤང་།

ནམ་དཔྱིད་ཅལ་གྱིས་གོ་འཕང་མཐོར་གནས་ལ།
བཙུ་ཐུག་རིག་གནས་བྱ་མཚོའི་པ་མཐར་སོན།
ལྷང་དོར་གནད་ལ་མཁས་པའི་རྗེ་བཙུན་བྱིད།
དགོངས་དོན་རྗེ་བཞིན་འགྲུབ་ལ་མཆོག་ཏུ་རེ།



སྒྲིགས་མའི་རང་མདངས་དྲག་མཆོ་ལས།
གཅིག་ཏུ་མ་ངེས་དྲག་པོའི་ལྷབས་ཆེན་འབྲིགས།
ངང་རྒྱད་འཇམ་པའི་དྲི་བཞོན་བྱིད་ཉིད་ཀྱིས།
རིང་ནས་ཐུག་བརྩེས་བསྐྱངས་པ་བཀའ་དྲིན་ཆོ།

རོ་དང་འབྲ་བའི་ལུས་པོ་འདི།
ག་དུས་ཤི་ཡང་མི་འགྲོད་དེ།
གསེར་དང་མཚུངས་པའི་ནམ་དཔྱིད་དག།
མཉམ་དུ་ཤིན་པའང་ས་པ་ལ།
དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གྱིས།

ཉམ་ཐག་འགྲོ་ལ་མ་ལྟར་བརྩེ་བའི་མགོན།
ལོང་བའི་མི་ལ་འཁར་བའི་མིག་སྒྲིན་བྱ།
ཆོས་ཉིད་བརྟན་ནས་མངའ་བྱས་མཛད་མཁན།
བརྟན་འཛིན་སྒྲུ་བོ་འབྲམ་གྱིས་བྱིད་ལ་བརྟོད།

དམ་པས་གཅིས་པའི་དུ་འཕྲོད།

ཆེ་མིང་ཆེ་བ།

ནམ་དག་མཆོག་སྐྱེ་གཟི་བྱིན་འབར་པས་བདུད་སྒྲིའི་མིག་ཟུང་དོན་མེད་བྱེད།
ནམ་དག་ཐུགས་ཀྱི་དགོངས་སྒྲུངས་ཤིག་གིས་སྐལ་ལྷན་ཀྱང་ཆོགས་ཆེག་མེད་འཛོམས།
ནམ་དག་གསུང་གི་གྲུ་འགྱུར་དབྱེད་ཀྱིས་སྤྱོད་གསུམ་སྒྲོད་ཀྱན་གྱིས་པར་བྱེད།
ནམ་དག་འཕགས་མའི་སྐྱེ་གསུང་ཐུགས་ཀྱིས་བདག་སྒྲོ་ཐུན་པའི་སྒྲོ་པར་བྱེད།

ཆེ་རབས་སྒྲོང་གི་དར་སྐྱེད་ཅིག་གིས་རེབ་འདྲིའི་ལྷས་ཀྱི་གནས་ཆང་བཅས།
གདོག་གཅིག་ལས་བྱ་བྱེད་དཔེན་པའི་འདོད་ལུང་གཅོག་གཅིན་དབྱས་ནས་བསྐྱེད།
མེ་ཆུ་གཡང་གཟར་འཛིགས་པ་སྒྲོང་ལས་མིག་འབྲས་ཇི་བཞིན་ཏྲ་ཏྲ་བསྐྱེད།
འཆོ་ཆོས་སྐྱབ་པའི་འདུ་བྱེད་ཁྲོད་ནས་མགོ་ནག་དབྱས་སུ་དུལ་བྱས་པའ།

དུས་འགྱུར་ཡོ་ལངས་ཁྲོད་དུ་ལྷུངས་པས་གཟུགས་ཆང་འབྲིང་གི་བྱེད་གཟུགས་དེ།
གས་དུས་མིན་པའི་རི་མོ་ཞིག་གིས་ལོ་ནན་མ་ཡི་རང་གཟུགས་སྒྲིན།
རང་བཞིན་དཀར་བའི་བཞིན་གྱི་པག་ན་ཆུ་རིས་གཉེར་མའི་བང་རིམ་མཐོ།
དྲུངས་ལ་གསལ་བའི་ལྷ་བྱེད་ཟུང་དེ་དུས་མིན་ལིང་དོག་གིས་མས་བཟུང་།

འགྱུར་མེད་བྱམས་པའི་ཐུགས་ཀྱི་མཆོ་མོ་ཏྲ་ཏྲ་བྱ་སྐྱེ་ལོ་ལོ་འཁོར།
བྱེད་བདེ་སྒྲིད་བྱི་ལ་འགོད་ཅིང་རང་གི་ཡོད་ཆང་ཁྱུར་མིད་མཛད།
མི་ཁ་ངན་དང་དཀའ་སྐྱེ་གསུང་ཡོད་ཆང་སྐྱེ་པའི་ཐུན་དུ་འབད་པས་བཟུང་།
འཛིག་རྟེན་རྩ་བའི་སྒྲུང་གསོད་ཡོད་ཆང་སྒྲིང་སྒྲོ་བས་མཐེབ་ཀྱི་འོག་དུ་བཅུང་།

ག་ཚས་བྱ་ལ་སྒྲོབ་སྟོན་མཛད་ཆེ་ལན་དུ་ཆོག་ངན་ཁ་ལོག་བྱེད།།
སྟོག་ཏུ་གདུང་བའི་མཆི་མ་འབྲིད་བཞིན་དུང་འཇུ་མ་བཅས་ངོ་གཡོག་མཛད།།
བྱ་གཅིག་ལེགས་ཉེས་ཅི་ཆར་རེས་ཀྱང་གཞན་མདུན་བསྟོད་པའི་མེ་ཏོག་སྟོན།།
མཚན་རིང་ཁྲིད་དུ་བྱ་ལ་བསམ་བཞིན་སྦྱིད་པའི་གཉིད་དང་བྲལ་བར་བྱས།།

ལ་ཀྱལ་བ་དོན་གྱི་བདག་པོའི་རི་མོ་བྱ་ཡི་ལྗང་ཆུང་ངོས་སུ་བྱིས།།
མེས་པོའི་ཀྱལ་ཁབ་བཅན་གྱིས་འཕྲོག་པའི་གཉེན་ཚན་ཅི་ནའི་ངོ་རིས་བསྟན།།
མཆི་མའི་མུ་ཏིག་བསྟར་དང་རྩན་དུ་འདས་ཟེན་དུས་ཀྱི་སྦྱིད་སྐར་སྦྱང་།།
རེ་བའི་རྩག་མ་རྒྱབ་ལ་བཅོལ་བའི་གསོལ་འདེབས་དབྱངས་ལ་འཁྲན་སྒྲ་འདྲེས།།

བྱ་ཕུག་བདུན་གྱི་བཀྲས་ངལ་སེལ་སྤྱིར་མ་གྲུབ་བྱ་བཅི་ཡང་མེད།།
ངལ་ནས་ལུས་ཀྱི་གཟེ་མདངས་ཉམས་ཀྱང་བྱ་ལ་འཇུ་མ་མདངས་དོར་མ་སྟོང་།།
གནཱ་འ་སྦྱང་སྟུང་མོའི་ཤེར་དབྱངས་ཁྲོད་ནས་བྱ་ལ་དོན་སྦྱིའི་བདེ་ཞིང་བསྐྱུན།།
སྤྱི་རོལ་གངས་རྒྱང་བྱ་ལུག་འཆུབ་ཀྱང་བྱ་ཡི་ཡོད་ཆོད་བདེ་བཞིན།།

ཁྲིལ་མེད་བྱ་ཆུང་རྒྱབ་ཏུ་རྩགས་པས་རེ་བའི་ཞིང་ལ་སེར་ཐིགས་སྦྱང་།།
བན་པའི་མདའ་སྟོང་ཤུགས་ཀྱིས་བྱད་ཀྱང་སྟོང་བའི་དབྱིངས་ནས་ཨ་ལན་མེད།།
ལུས་བྱངས་འབྱུང་བས་འཁྲུག་ཅོད་བྱེད་ཀྱང་ཇ་པོར་གང་གི་བསྟེན་བཀྱར་བྲལ།།
ཀྱི་མ་བྱམས་ལྡན་མ་དེའི་གསེར་ཞལ་དེ་རིང་གཟུགས་བརྟན་བཞིན་དུ་འཆར།།

དགོང་མོ་ཉལ་བའི་ཆི་ལམ་ཁྲོད་དུ་བྱེད་དང་རྩན་དུ་མཛལ་བ་མིས།།
ཉེན་མོར་གཞན་གྱི་མ་ཅན་རིག་ཆོ་བྱེད་ཀྱི་ལས་དབང་ཡིད་ལ་འཁོར།།
ཉེ་མ་ལ་ཁའི་ཁྲ་ལ་སྟེག་པའི་བྱེད་སྒྲ་བན་ཆོ་བརྒྱལ་ལ་ཁད།།
ས་མཐའི་གྲོང་ནས་བྱེད་ལ་འཁྲེང་བའི་མཆི་མའི་ཐིགས་པ་ས་ལ་འདྲེས།།

སྐུ་ཕྱེད་པའི་མཆོད་བརྗེ་དང་གྱེ་བྱེ་བྱུག་ལས་འཕྲོས་པའི་

གཏམ་ཉམས་མཆར་རིག་པའི་ཀྱལ་ཀ་ཞེས་བྱ་བ།

དོན་ཆེ་སྤྱད། (རིག་གནས་གཤམ་པ།)

དེ་ཡང་གངས་ཅན་པོད་ཀྱི་བདེ་སྤྱོད་པའི་བརྟན་
བཅོས་ཀྱི་ཕ་བ་སྐུ་ཕྱེད་པའི་དབྱེད་མཆོད་བརྗེ་དང་གྱེ་
བྱེ་བྱུག་སྟེ། གང་གི་མིང་གཞི་སྟོན་གསུངས་པ། ཉག་
ཞི་བ་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། ཞེས་འབྲུང་བ་ལ། ༡༥ རྒྱུ་
སྤྱི་པ་ན་ཆེན་དཀོན་མཆོག་ཆོས་གྲགས་ཀྱིས་འཕགས་
པ་སྤྱན་རས་གཟིགས་སུ་བཀྲལ་བར་མཛད་པ་དེ་ནི་
ལུང་གི་བྱུང་ཆེན་དང་། རིག་པའི་འཐད་པ་གནད་དུ་
ཞེས་བར་མཐོང་ངོ་། གཞན་དུ་སངས་རྒྱུ་དང་།
དབང་ཕྱག་ཆེན་པོ་དང་། ཆངས་པ་དང་བྱུང་འཕྲུག་
སོགས་སུ་འབྲེལ་བཞི་འཐད་པར་མི་སེམས་ཏེ་སངས་
རྒྱུ་ནི་གོང་དུ་མཆོད་པར་བརྗེད་བྱུང་པའི་དཀོན་
མཆོག་གསུམ་གྱི་ལ་ཀྱལ་གཙོ་བོ་ཡིན་པས་འདིར་སྤྱོད་
ཡང་བརྗེད་ན་བསྐྱར་སྤྱོད་སུ་འགྱུར་བ་ལས་དགོས་པ་
མེད་པ་དང་གོ་རིམ་ཡང་འཆོལ་བར་འགྱུར་རོ།
༡༦ སྤྱི་ཕྱེད་འབྲེལ་ཆེན་ལས། དགོས་པའི་དབང་གིས་
སྤྱི་སྟེགས་ཀྱི་ཆ་དབང་ཕྱག་ཆེན་པོར་ཕྱག་བྱས་པར་
གསུངས་པ་ལ་གྲགས་པའི་རྗེས་སུ་འབྲངས་པ་ལ་ལ་མོ་
ཆེས་འཐད་ཕྱོགས་སུ་འཛིན་བཞིན་ཡོད་ཀྱང་ཞིབ་དུ་
བརྟགས་ཆེད་ནི་སྐབས་དང་མ་འབྲེལ་བ་དང་། དགོས་

པ་མེད་པ་དང་། བརྟན་བཅོས་སྤྱི་ཕྱེད་ལུགས་དང་མི་
མཐུན་པ་དང་། སྐབས་དེ་དུས་ཀྱི་སྤྱི་ཆོགས་གནས་
སྤངས་ལ་ལོས་ན་དེ་ལྟར་མཛད་མི་སྤྱི་པ་ཞིག་ཡིན་
པ་སོགས་སྟོན་མང་ཞིང་། ཚོམ་པ་པོ་ནང་པ་སངས་
རྒྱུ་པ་ཡིན་པ་སྟོན་ཆེད་དུ་དཀོན་མཆོག་གསུམ་དང་
། འཕགས་པ་འཇམ་དཔལ་ལ་བརྗེད་ཕྱག་མཛད་
བཞིན་དུ་སྤྱི་སྟེགས་ཀྱི་ཆ་ལ་བརྗེད་ཕྱག་མཛད་པ་ནི་
འབྲེལ་མི་ཆགས་ཤིང་། ༡༧ གང་ཞིག་སྟོན་པ་སངས་
རྒྱུ་ལ་ཕྱག་འཆའ་ཞིང་སྐབས་སུ་སོང་བའི་གང་ཟག་
གིས་སྤྱི་སྟེགས་དང་འཇིག་རྟེན་དེགས་པ་གཞན་ལ་
ཕྱག་བྱས་ན་སྐབས་འགྲོའི་བསྐྱབ་བྱ་དང་འགལ་བ་
ཡང་ཡིན་པས་སྤྱོད་དེ་ན་ཐོན་མིས་དེ་ལྟར་མཛད་ག་
ལ་སྤྱི་དང་། འདི་ནི་ཕྱི་ནང་གཉིས་ཀའི་བསྐྱབ་བྱར་
ཤེས་པའི་ཆེད་དུ་ཡིན་ཞེས་བཤད་མོད། སྤྱིར་ཕྱི་ནང་
གི་བྱུང་པར་ཆོས་ཀྱིས་ཆ་སྤྱོད་གསུམ་གྱིས་འབྲེད་
པ་མ་གཏོགས་བདེ་སྤྱོད་པས་ཕྱེས་པ་མ་ཡིན་པས།
བདེ་སྤྱོད་པ་འདི་ཕྱི་ནང་གང་གི་ལུགས་ཡིན་ནམ་སྟེ་
པའི་དོགས་པ་སྤྱི་མི་སྤྱི་ལ། གལ་ཏེ་དེ་ཆ་ཕྱེད་
དོགས་པ་སྤྱི་སྤྱི་ན། འཇིག་རྟེན་འདིར་ནང་པ་སངས་

ཀྱས་པ་མ་ཡིན་པའི་ཆོས་ལུགས་གྲུབ་མཐའ་འཛིན་ཏེ་ ཉིད་མཁའ་ཀྱས་པ་མེད་གསུངས། ཞེས་གསུངས་
ཅིག་ཡོད་པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ལྷ་ལ་ཕྱག་མ་བྱས་ པ་ལྟར་རོ། །

པར་དབང་ཕྱག་ཁོན་ལ་ཕྱག་བྱས་པས་གཞན་དང་ ༡༥ འདིར་སྒྲོབ་དཔོན་གྱིས་འཛིག་རྟེན་གྱི་དཔ་
གཞན་དག་གིས་ཐུན་མོང་དུ་བསྐྱབ་བྱར་ཤེས་མི་ལྟས་ པོར་ཞེན་པ་དང་། འཛིག་རྟེན་རང་རྒྱུད་པར་བཟུང་
པའི་ཕྱིར་དང་། དེ་བཞིན་ཚིམ་པ་པོ་ནང་པ་སངས་ མས་ཕྱག་མ་མཛད་པས་སྒྲིན་མེད་ཟེར་བ་ཡང་། སྒྲ་
ཀྱས་པ་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་དེ་ལྟར་མཛད་མི་རིགས་པ་ མས་ཅི་གསུང་མ་ཤེས་གོང་། །གྲུ་པས་འདོན་ཆོད་
ནི། ཆོས་རྗེ་ས་པཎ་གྱིས། འགྲོ་མགོན་སངས་ཀྱས་ རོ་རོ་རོ། ཞེས་པའི་དཔེ་ལས་མ་འདས་ཤིང་། གོང་
བཞུགས་བཞིན་དུ། སྒྲོན་པ་གཞན་ལ་གྲུས་བྱེད་པ། དུ་འཇམ་པའི་དབྱངས་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། ཞེས་དང་
།ཡན་ལག་བརྒྱུད་ལྷན་ཐུང་བྲམ་དུ། །བརྗེའི་ཁྲིན་པ་འོ་ འདིར། རྟག་ཞིབ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། ཞེས་པ་གཉིས་
བཞི། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དགོས་པ་མེད་དོ། །དེ་ ཀའ་གནས་སྐབས་དང་མཐར་ཐུག་གི་སྐབས་གནས་
ཉེ་བཞུགས་བཅས་སྤྱི་འཕགས་དང་ཡང་མི་མཐུན་དེ། རྩོན་ གང་ཡིན་གྱི་ཁྱད་པར་ཕྱག་མོ་འདྲ་བཏབ་ནས་ཤེས་
ནས་ད་བར་བཞུགས་བཅས་ཆད་ལྷན་འཛིན་ཏེ་ཆོད་ཅིག་བྱུང་ མ་མ་གཏོགས། རྩ་བའི་ཆོག་ཟིན་རང་དུ་ནིག་ཅོད་པ་
བ་པ་ལ་མེ་ཆེའི་དབྱར་མཆོད་བཞེད་ཡོད་ཅིང་། དེ་ གྱིད་བྱེ་བའི་ལུ་ཙམ་ཡང་མི་མཛོད་ནོ། །

དག་ཀྱར་ཀྱང་མཛད་པ་པོ་ནང་པ་ཡིན་ན་ནང་པ་དང་། སྒྲོབ་དཔོན་གྱི་མེད་ཏེ་ལྷར་ཡོད་ཆོས་པས་
ཕྱི་རོལ་པ་ཡིན་ན་ཕྱི་རོལ་པ་རང་རང་གི་ལུགས་ཀྱི་སྒྲོན་ མ་ཡིན་ཡང་། གཞན་གྱི་འོར་ཡོངས་སུ་གྲགས་པ་
པ་དང་སྒྲོབ་དཔོན་སོགས་ལ་མཆོད་པར་བཞེད་པ་ལས་ ཅམ་ཞིག་གཅོད་པར་བཟུང་ནས་དེ་ལྟར་མཛད་པའི་སྐྱེས་
ཕྱི་ནང་གཉིས་ཀའི་ལྷ་ལ་མཆོད་པར་བཞེད་པའི་གཞུང་ མཁའ་མི་འཐད་དེ། གང་འཛིག་རྟེན་ན་ཡོངས་སུ་
ཞིག་མཐོང་དུ་མེད། རིག་བྱེད་ཀྱི་གཞུང་དུ་དབང་ གྲགས་པ་ཅམ་ཞིག་ལ་བསམ་ན་ནི་དེའི་སྐབས་སུ་བོད་
ཕྱག་རྟག་པ་འཛིག་རྟེན་གྱི་བྱེད་པོ་ཡིན་པར་བཤད་ ཡུལ་འདིར་བོན་ལས་གྲགས་ཆེ་བ་ཞིག་ཡོད་ཆོད་མི་
སྒྲོལ་ཡོད་པར་གྲགས་ཀྱང་། རང་རྗེ་ནང་པས་ནི་ཆོས་ འདུག་པས། རང་ཡུལ་ན་ཡོངས་སུ་གྲགས་པའི་ལྷ་
ཐམས་ཅད་རྒྱ་རྒྱུན་རྟེན་འབྲེལ་ལས་བྱུང་བར་འདོད་ རྟེན་པ་གཤེན་རབ་ལ་མཆོད་པར་མ་བཞེད་པར། མ་
པ་ལས། བྱེད་པ་པོ་བདག་དང་དབང་ཕྱག་རྟག་པ་ གྲགས་པའི་འདྲེ་གསར་པ་དབང་ཕྱག་གདན་འདྲེན་
ལ་སོགས་པས་བྱས་པར་གསུངས་མེད། བཞི་བརྒྱ་ པ་འོ་བརྒྱལ་གྱི་གནས་ལས་གཞན་དུ་ཅི།

པ་ལས། རྒྱ་མེད་པར་ནི་དངོས་པོ་མེད། །རྒྱ་ལྷན་ སྐབས་དེ་དུས་བོད་ཀྱི་སྤྱི་ཆོགས་གནས་
རྟག་པ་ཡོད་མིན་པ། །དེ་ན་རྒྱ་མེད་ལས་གྲུབ་ནི། །དེ་ ལྷངས་ལ་བཞུས་ན་ལྷག་པར་ཡང་དེ་འདྲ་མཛད་མི་

སྲིད་པ་ཞིག་ཡིན་ཏེ། ཆོས་ཀྱི་ཀྱུ་ལ་པོ་སྲོང་པ་ཅན་
 རྣམས་པོ་ནི་གང་ས་རིའི་རྫོང་ས་འདིར་སངས་ཀྱིས་ཀྱི་
 བརྟན་པའི་སྲོལ་བཞིན་པ་པོ་གཙོ་བོ་དང་། རྣམས་དཔོན་
 ཐུམ་མེ་ཁོང་གི་མེད་ཐབས་མེད་པའི་རྫོན་པོ་བཞིའི་ལ་
 གྲུལ། ཆོས་དང་རིག་གནས་དར་སྤེལ་གྱི་འཕྲིན་ལས་
 ཀྱི་ཕྱེད་པོ་གཙོ་བོ་ཡིན་པས། ༥༥ སྤྱུ་ལ་པའི་ཀྱུ་ལ་རྫོན་
 དེ་དག་གིས་བོད་དུ་ནང་པ་སངས་ཀྱིས་པའི་ཆོས་ཀྱི་
 ཉམས་ལེན་དག་བ་བརྟུག་ཁྲིམ་བཞག་པའི་བྲིམས་ཆེན་
 བདུན་དང་མི་ཆོས་གཙང་མ་བརྟུ་དུག་གི་བྲིམས་
 བཅས་པ་ཡང་ཡོངས་སུ་གྲགས་ན། བོད་ཀྱི་ཆོས་དང་
 རིག་གཞུང་གི་གཞི་རྟེན་དང་བརྟན་བཅོས་ཀྱི་ཉམས་
 མར་གྱུར་པ་དེའི་དབྱར་བཀྲ་ཤིས་པའི་མཆོད་པར་
 བཞིན་པའི་རྣམས་སུ། ནང་པ་སངས་ཀྱིས་པའི་པོ་ཏྲ་
 ཆོས་དག་གཉིས་ཀྱི་འཕྲིན་ལས་ཀྱི་འཕྲིན་པའི་དབང་ལྷག་
 ལ་མཆོད་པར་བཞིན་པ་ཡེད་ཟེར་བཞི་སྤྱུ་ལ་པའི་ཀྱུ་ལ་
 རྫོན་རྣམས་ལ་རྒྱུར་འདེབས་སུ་ཡང་མི་འགྱུར་རམ་བདག་
 རྣམས་མོ།

མཆོད་པར་བཞིན་པའི་དགོས་པ་ཡང་།
 ཆོས་རྒྱུ་པ་པུ་གྱིས། བརྟན་བཅོས་ཕྱེད་པའི་དམ་
 པ་ཡིས། །རྫོན་པ་ལ་ནི་མཆོད་བཞིན་བྱ། །བརྟན་
 པ་སྤེལ་ཕྱིར་དག་པའི་ཆོག་ །འདི་ལ་འཐད་པ་བཟང་
 པོར་མཐོང་། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། ཚུམ་པ་པོ་
 རང་ཉིད་གང་ལ་སྤྱབས་སུ་སོང་པའི་རྫོན་པ་སོགས་
 ལ་མཆོད་པར་བཞིན་པ་ཡིན་པས་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེན་
 ཏུ་འཛིན་ཅིང་། ནང་པའི་གཞུང་ལས་སྤྱབས་སུ་འགྲོ་

བཞི་སངས་ཀྱིས་ཀྱི་བརྟན་པར་འཇུག་པའི་རྫོན་ལྟར་
 གསུངས་ཡོད་པས། ཀྱུ་ལ་རྫོན་བྱང་ཚུབ་མེས་དཔར་
 དག་གིས་ནི་ཕྱིར་བས་གདུལ་བྱ་རྣམས་གང་ལ་སྤྱབས་
 སུ་འགྲོ་བའི་ལུ་ལ་མ་ནོར་བ་ཤེས་པའི་ཆེད་དུ་ཡང་། ཕྱི་
 རོལ་པའི་རྩ་ལ་མཆོད་པར་བཞིན་མི་སྲིད། ཆོས་ཀྱུ་ལ་
 མེས་དཔོན་རྣམས་ཀྱི་དུས་སུ་ཆོས་བྲིམས་ཤིན་ཏུ་དམ་
 པས་ཕྱི་རོལ་སུ་རྟེན་གས་པ་ཡར་ཞོག་ ༥༦ ནང་པར་ཡང་
 འདུལ་བ་ལ་གཞི་ཐམས་ཅད་ཡོད་པར་སྤྱོད་པའི་རྩེ་བ་
 ཁོན་ནས། གཞན་གྱི་ལུགས་ཕྱེད་མི་ཆོག་པའི་བྲིམས་
 བཅས་པ་སོགས་ལ་བསམ་ཆོ། གལ་ཏེ་སུ་ཞིག་གིས་
 བརྟན་བཅོས་བརྟུམས་པའི་དབྱར་སུ་རྟེན་གས་པའི་རྩ་
 ལ་མཆོད་པར་བཞིན་པ་བཀོད་ན་ནི་བྲིམས་ཀྱི་ཐོག་ནས་
 ཉེས་ཆད་དུག་པོ་ཤིག་པར་ཡང་གདོན་མི་ཟེའོ།

མི་ཏུ་པུ་ཆེན་གྱིས་རྣམས་སྤྱིང་པ་ཞིབ་མོ་རྣམ་
 འཐག་གི་རྫོན་ས་འཕྲོག་པར་བརྟན་པ་ནི་སྤྱི་ནད་ཆེར་
 ནད་གང་གིས་བསྐྱལ་བ་མ་ངས་ཤིང་། མཆོད་བཞིན་
 ཀྱི་ཕྱེད་བག་གི་རྣམས་འདིའི་འགྲེལ་ཚུལ་ཡང་ཁོང་གིས་
 རྣམས་སྤྱིང་པ་འཕྲོག་འདོད་ཆེ་དུག་པས་དེ་རྩུབ་གསུངས་
 པ་ཡིན་སྲིད་ན་ནི། ཆོག་པ་ཤིག་ལ་ཐོས་ནས། རྫོག་
 ཏུ་ལ་མེ་ལ་བསྐྱེད་པའི་དཔེར་སོང་མི་འདུག་གམ་
 རྣམ། ༥༧ དེ་པོ་པས། དེ་ནི་ཆངས་པ་འམ་བྱུང་འཇུག་
 གང་རུང་ཡིན་ཏེ་རྟག་པ་དང་ཞི་བའི་ལུས་ཡོད་པས་
 མོ། །ཞེས་རང་ལུགས་བཞག་པ་ནི། དགེ་བཤེས་
 རིན་པོ་ཆེས་ཐུགས་མཉམ་མ་བཞག་པའི་གསུང་དུ་ངས་
 ཤིང་། བྱུང་འཇུག་དང་ཆངས་པ་རྟག་པས་མེད་གཞི་

གསུངས་པ་མི་འབྲུག་དེ། ཉག་པ་ལ་བྱ་བ་ཡོད་པ་
འགལ་བས་སོ། སྤྱིར་བྱུང་འབྲུག་དང་ཆོངས་པ་ཉག་
པའི་གཞི་མཐུན་ནི་ཡིན་པ་མི་སྤྱིར་པའི་ཤེས་བྱར་གྱུ་བ་
ན། དེ་ལ་ཞི་བ་སོགས་ཀྱི་བྱུང་ཆོས་བཏགས་པ་ནི་མོ་
གཤམ་གྱི་བྱུང་སྤྱོད་གཞུགས་བཟུང་བ་དང་
མཚུངས་སོ། སྤྱིར་འདི་ནི་དབང་ཕྱུག་ཆེན་པོར་འདོད་
པ་ལ་ཡང་མཚུངས་པར་འབབ་པོ། ཟུང་མ་ཏོག་བཀོད་
པའི་མདོ་སྤྱོད་ལས་དབང་ཕྱུག་དང་ཆོངས་པ་སོགས་ཀྱི་དང་
འཕགས་པ་སྤྱན་རས་གཟིགས་ཀྱི་སྤྱོད་ལས་བྱུང་བར་
བཤད་པས་སྤྱིར་མེད་དོན་མ་ཉན་ཡང་མི་འབྲུག་དེ། མདོ་
དེ་ལས་དེ་ལྟར་གསུངས་ཀྱི་དང་འདོད་པ་ལྟ་བུའི་
ཆོངས་པ་དང་དབང་ཕྱུག་ཉག་པའི་གཞི་མཐུན་ཞིག་
བྱུང་བར་མ་གསུངས་ཤིང་། གལ་ཏེ་དེ་ལྟར་བཤད་
ན་ནི་འདུས་བྱས་ཐམས་ཅད་མི་ཉག་པ་ཞེས་པའི་
སངས་རྒྱུས་པའི་ལྟ་བུ་བཀའ་བཏགས་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་
པོ་ལས་ཀྱི་དང་འདོད་པར་འགྱུར་རོ། ལྟག་པར་ཡང་
འཛིག་རྟེན་གྱི་དེ་ལོ་སོགས་སྤྱོད་ནས་ཕྱག་བྱེད་མི་
རུང་ཚུལ་མདོ་དེ་ལས་གསལ་པར་བྱུང་བ་འདི་ལྟར།
གང་གི་ཆེ་སྤྱན་རས་གཟིགས་ཀྱི་དབང་པོའི་ལྷས་ལས་
ལྟ་དེ་དག་བྱུང་བ་དེའི་ཆེ་བཙུན་འདས་ཀྱིས་ལྟའི་
བྱུང་བ་ཕྱག་ཆེན་པོ་ལ་འདི་སྐད་ཅས་གསུངས་ཏེ།
དབང་ཕྱུག་ཆེན་པོ། ཁྱོད་དུས་ངན་པའི་ཆོ་སེམས་
ཅན་གྱི་ཁྲམས་མ་རུང་བ་དག་བྱུང་བ་ན། ཁྱོད་ཐོག་
མར་བྱེད་པ་པོ། གཏོར་བ་པོའི་ལྟར་གསུངས་པར་འགྱུར་
རོ། སེམས་ཅན་དེ་དག་ནི་བྱུང་ཚུབ་ཀྱི་ལམ་ལོངས་

སྤྱོད་པར་འགྱུར་རོ། སོགས་རྒྱས་པར་འབྱུང་
བས་གང་ཁྱོད་ཅག་གི་འདོད་ཚུལ་དེ་ནི་སྤྱོད་ཆེན་གྱིས་
བྱས་བྱེད་པ་བཞིན་དུ་བྱེད་བཞིན་སྤྱོད་གྱིས་གོས་པར་
གྱུར་ཏོ། སྤྱིར་གཏམ་རྒྱུད་དུ་ཡང་བྱུང་འབྲུག་དང་
དབང་ཕྱུག་སོགས་ནི་ཞི་བར་ཡང་མ་གཤགས་ཏེ། ལྟ་
ལས་ཕྱུལ་བྱུང་གི་བརྟན་པ་ལས། བྱུང་འབྲུག་དབྱུང་
དག་མཚོན་ཆ་དབྱུག་ཏོག་སོགས་པར་བཙོན། ལྟ་ཆེན་
མི་ཡི་ཐོད་པའི་ཕྱིང་བ་ནམས་ཀྱིས་བརྒྱན། སངས་
རྒྱུས་ཆ་ལུགས་ཤིན་ཏུ་ཞི་བའི་ཕྱུལ་བྱིན་ན། ཉེ་བར་
ཞི་དང་མ་ཞི་གང་ལ་མཚོན་པར་བྱ། ཞེས་པ་ལྟར་
རོ། །

ཉག་ཞི་བ་ཞེས་པ་དེ་འཕགས་པ་སྤྱན་རས་
གཟིགས་ཀྱི་མཚན་གྱི་ནམ་གངས་སྤྱོད་ལ་ན་མི་
འབྲུག་པའི་སྤྱོད་མེད་དེ། འཕགས་པ་སྤྱན་རས་
གཟིགས་ནི་དུས་ཉག་ཏུ་ཞི་བའི་སྤྱན་གྱིས་འགྲོ་ལ་བརྩེ་
བས་གཟིགས་ཤིང་། བྱམས་པའི་ཏིང་པེ་འཛིན་ལས་
གཡོ་བ་མེད་པས་འགྲོ་བའི་དོན་མཛད་པའོ། གང་
གིས་མིང་གཞི་རྩོམ་གསུངས་པ། ཞེས་པའི་དོན་ཡང་།
འགྲོ་ལ་བ་སྤྱང་བྱེད་ནོར་བུར་གསལ་བ་ལྟར།
དེ་འཕགས་པ་འཛིག་རྟེན་དབང་ཕྱུག་གིས་ཡི་གེའི་
བརྒྱ་བ་མཛད་པ་དང་། བྱམ་ཟེ་པའི་པར་ཞལ་མཛོན་
སུམ་དུ་བརྟན་ཏེ། སྤྱོད་པ་རྒྱས་པར་གསུངས་པ་
སོགས་ལོ་རྒྱུས་ཆོད་ལྟར་མང་དུ་ཡོད་ཚུལ་གསུངས་
པས་ཀྱིང་། མིང་གཞི་ཐོག་མར་གསུངས་པ་པོ་ཡིན་
པར་ཡང་སྤྱོད་མང་དུ་ཡོད་པར་ངེས་སོ། །

དེ་ལ་ངེས་པར་དུ་བསྐྱོད་པུག་དང་མཆོད་ འབྲེལ་པ་ལེགས་བཤད་སྒྲུང་བྱེད་ནོར་བུ། ཤོག་ངོས།
 བཞེད་མཛད་རིགས་པ་ཡང་ཡིན་ཏེ། སློབ་དཔོན་ཐོན་ ༡༡
 མིཉིད་ཀྱི་ལྷག་པའི་རྩ་འཕགས་པ་སྤྱན་རས་གཟིགས་ ༡༥ སི་ཏུའི་འབྲེལ་ཆེན། ཤེས་རིག་དཔར་ཁང་།
 ཁོན་ཡིན་པས། སློབ་དཔོན་ཉིད་ཀྱིས་ཐོག་མར་སྤྱན་ ཤོག་ངོས། ༡༢
 རས་གཟིགས་ཀྱི་མདོ་རྒྱུད་ཉེར་གཅིག་པོ་བསྐྱར་ཅིང་། ༡༦ ས་པའ་ཀྱན་དག་འ་རྒྱལ་མཆོན་གྱི་གསུང་འབུམ།
 དེ་ནས་བཟུང་སྟེ་བོད་མི་པོ་མེ་ཆེས་འདི་ཁོན་ཡིད་མ་ སྤྱོད་ས་ལིག་རྒྱུང་དཔེ་སྤྱན་
 དུ་བཟུང་ནས་རྩ་གཅིག་ཆོག་སྤྱན་རས་གཟིགས་དབང་ ཁང་། ཤོག་ངོས། ༡༣
 དང་། སྤྱགས་གཅིག་ཆོག་ཡིག་བྱུག་མ། ཞེས་བྲིས་ ༤༥ སི་ཏུའི་འབྲེལ་ཆེན། ཤེས་རིག་དཔར་ཁང་།
 པ་རྒྱལ་སྤྱང་ཨ་མ་དང་མ་ཁེ་ཁ་ནས་ཐོག་མར་ཤེས་ ཤོག་ངོས། ༡༧
 པ་མཉམ་དུ་འོང་བའི་སྐལ་པ་བཟང་པོའི་སྒྲིབ་དང་པོའང་ ༤༦ བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་རྣམས་རིམ་གཞུག་ཡི་བྲེང་བ། བོད་
 འདི་ནས་བཏོད་པར་འདོད་དོ། །ལྷག་པར་ཡང་རྩ་ སྤྱོད་ས་ལིག་རྒྱུང་དཔེ་སྤྱན་ཁང་། ཤོག་ངོས། ༡༨
 བཅོན་པོ་སྤྱང་བཅོན་སྐམ་པོ་ནི། འཕགས་མཆོག་མིག་ ༤༧ བྲྱེད་རིན་ཆེན་དོན་གྲུབ་ཀྱི་སྤྱུ་རྒྱལ་སྤྱུ་རྒྱུ་དགོངས་
 མེ་འདྲུམ་པའི་ཐུགས་རྒྱུ་འདི་རྒྱལ་པོ་ལོ་ཆོས་སྤྱང་རྒྱུ་ལོ་འོ་ འབྲེལ། མཆོ་སྤྱན་མི་རིགས་དཔེ་སྤྱན་ཁང་། ཤོག་
 གཟུགས་སྤྱ་གར་བས། དབུ་རྒྱུད་དུ་ཨ་མི་རྒྱུ་ལོ་འོ་ ངོས། ༡
 རང་བྱོན་དུ་བཞུགས་པ་ཡང་མང་པོས་མཛོན་སྤྱུ་རྒྱུ་ ༢༥ བདུད་འཛོམས་པའི་རྒྱལ་རབས། ཆོས་དོན་
 མཛལ་བར་གྲགས་པས། སློབ་དཔོན་བཀའ་དྲིན་ཅན་ དཔར་མ། ཤོག་ངོས། ༡༩
 ཐུ་མིཉིད་ཀྱི་སྤྱུ་ལིད་མ་རྒྱལ་པོ་གཅིག་ཏུ་འབྲུས་པའི་ ༡༦ སྤྱུ་རྒྱལ་སྤྱུ་རྒྱུ་ཀྱི་ཅ་འབྲེལ་ལ་དབུད་པའི་གཏམ་
 ཆོས་རྒྱལ་ཆེན་པོར་སྤྱུ་བྲུ་བའི་ཆེད་དུ་ཡང་འདི་རྒྱུར་ བད་སྤྱོད་པའི་གྲུབ་མཐའི་སྤྱོད་བཞེད་ཆེན་མོ་འཛོམ་
 མཆོད་པར་བཞེད་རིགས་སོ། ། སྤྱོད་རྒྱུ་གཅིག་དང་། ཞ་རྒྱལ་གཉིས་ཀྱི་སྤྱུ་རྒྱལ་སྤྱུ་
 འབྲེལ་པ་ལས། སྤྱུ་རྒྱལ་སྤྱུ་རྒྱུ་ འབྲེལ་པ་ལེགས་བཤད་སྒྲུང་བྱེད་ནོར་བུ། ཤོག་ངོས།

དབུད་གཞིའི་ཡིག་ཆ།
 ༡༥ སྤྱུ་རྒྱལ་སྤྱུ་རྒྱུ་ཀྱི་ཅ་འབྲེལ་ལ་དབུད་པའི་གཏམ་ ༡༩
 བད་སྤྱོད་པའི་གྲུབ་མཐའི་སྤྱོད་བཞེད་ཆེན་མོ་འཛོམ་
 སྤྱོད་རྒྱུ་གཅིག་དང་། ཞ་རྒྱལ་གཉིས་ཀྱི་སྤྱུ་རྒྱལ་སྤྱུ་
 འབྲེལ་པ་ལས། སྤྱུ་རྒྱལ་སྤྱུ་རྒྱུ་

དཔུང་བཟོད་བྱང་པའི་གསལ་བཤད་འགྲུལ་

ཀུལ་མཚན་སྒྲོགས་ལ། (སྐབས་གསུམ་པའི་དགེ་འོས།)

སྤྱི་ཚུལ་རིག་ཅི་མི་རི་རིགས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་
འཚོ་བའི་མཐོང་དང་། ཤེས་བྱ་གསར་ཉིད་གི་བང་
མཛོད། ཤེས་ཡིན་སྒྲོགས་གསེད་དང་། སྤྱི་ཚུལ་མཛོད་
སྤྱི་གཤིས་སེམས་ལ་ངལ་གསོ་བ། རིག་པའི་སྒྲོ་སྒྲོ་
འབྲེད་ཅིང་། མི་རིགས་རང་ཉིད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ཡུན་
སྤྱི་ཚོགས་པོར་འགྲུར་བ། མིང་བདེ་འཕོར་ཆེན་དང་
སྐད་ཆའི་སྤྱི་ཚུལ་ལ་སྤྱང་ཆ་ཐོན་པ་བཅས་མི་རི་རིགས་
ལ་མེད་ཐབས་མེད་པའི་ཡོན་ཏན་ཀྱི་དངོས་པོ་རྩ་ཆེན་
ཞིག་ཡིན་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན།

ཤེས་བྱ་སྤྱི་ཚུལ་རིག་དཔུང་བཟོད་ཀྱི་དོ་བོ་ནི།
ཚུལ་རིག་དཔུང་མྱོང་གི་མང་གཞི་དེས་ཅན་ཞིག་
གཞིར་བཟུང་སྟེ། ཚུལ་རིག་བརྩམས་ཆོས་ལ་དེ་
ཞིབ་དང་ཞིབ་འཇུག་དཔུང་པ་གཏོང་བའི་བྱ་འགྲུལ་
ཞིག་ཡིན། དེའི་དགོས་པ་ནི། རྒྱུག་པ་པོས་བརྩམས་
ཆོས་ཀྱི་དགོངས་དོན་བདེ་ལྷག་ཏུ་ཉོག་པ་ཐུབ་པ།
བརྩམས་ཆོས་ལེགས་ཉེས་ཀྱི་ཁྱད་པར་ཤེས་པ།
ཐུགས་ཡོངས་ནས་ཚུལ་རིག་འཕེལ་བྱས་དང་གོང་
འཕེལ་འགྲོ་བར་སྐུལ་མ་གཏོང་བ་བཅས་ཡིན།

འོན་ཀྱང་རང་ཉིད་ནི་སྤྱི་ཚུལ་སྤྱངས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་
ཞན་ཁར་ཚུལ་རིག་ལ་ཡུན་རིང་སྤྱང་གོམས་བྱས་པའི་
ཉམས་སྤྱོད་ཡང་ཁིན་ཏུ་དམན་སྟབས། མཁས་པའི་
བརྩམས་ཆོས་ལ་དཔུང་པ་བྱེད་པ་ནི་མི་འོས་པ་ཞིག་
ཡིན་མོད། འོན་ཀྱང་། ཇི་སྐད་དུ། རང་གི་ཡིད་
ལ་བསྒྲོལ་ཕྱིར་ངས་འདི་བརྩམས། ཞེས་དང་། གོམས་
ན་སྤྱོད་མི་འགྲུར་པའི། དངོས་དེ་གང་ཡང་ཡོད་
མ་ཡིན། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་འདིའི་སྐོར་ལ་བག་
ཆགས་ཤིག་ཐེབས་པའི་རེ་བས་ཀུན་ནས་བསྤངས་ཏེ།
པོད་ཀྱི་ཚུལ་རིག་སྤྱི་ཚུལ་མཚན་སྒྲོགས་བཟོད་པ་
མཁས་དབང་དོན་གྲུབ་ཀུལ་གྱིས་ལྷགས་ཚུལ་མཛོད་
པའི་སྒྲན་ངག་ལ་སྤྱི་ཚུལ་པའི་སྤྱང་ཚུལ་གཞིན་ཕྱི་ཡིད་
ཀྱི་མཛོད་ཀྱི་ཞེས་པ་འདིར་གཞན་ཀྱི་དཔེ་འགྲེལ་ས་
ལ་ད་བཞེས་དང་བཅས་ཏེ་དཔུང་ཞིབ་ཅུང་ཟད་ཅིག་
བྱའོ།

ནང་དོན་ཀྱི་ཁྱད་ཆོས།

༡༥ བཟོད་བྱ་ལ་འཚོ་བའི་རོ་བརྩུད་ཐུན་པ།
སྒྲན་ངག་ལ་སྤྱི་ཚུལ་པའི་སྤྱང་གཏམ་འདི་ནི་རྩོད་བྱེད་ཆོག་
སྤྱི་ཚུལ་མཚན་སྒྲོགས་པའི་གསལ་བཤད་ཀྱི་སྤྱི་ཚུལ་པའི་

འགྱུར་ཁྲགས་ཁྲན་པའི་རང་བྱུང་དབྱངས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་
 ཏུ་མས་མཛེས་ཤིང་ཉམས་འགྱུར་ཁྲན་པས་སྒྱུ་ཙམ་
 ཉམ་དངགས་ཀྱི་ཁོངས་སྤྱོད་གྲགས་ཤིང་། ཁོར་ཡུག་
 དང་སྤྱོགས་ཡོངས་ནས་མི་སྤྱིའི་འབྱུང་གཤིས་ཞིབ་ཅིང་
 སྤ་བ་བོད་པ་དང་། དོན་ཉེན་གྱི་བྱུང་རིམ་སྐད་ཆའ་
 བོད་ཀྱི་སྤྱོད་མོགས་ཞིབ་ཀྱིས་སྤྱོད་པས་པ་བཅས་པའོད་
 དོན་གྱི་ཆན་སྤྱང་གཏམ་གྱི་ཁྱད་ཆོས་ཀྱང་ཁྲན་ཡོད།
 འདི་ནི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་འཆོལ་པའི་ཉམས་སྤྱོད་དངོས་དང་
 འབྲེལ་ཞིང་། མཐོང་ཐོས་རགས་པ་ཙམ་ཡི་གེར་
 བོད་པ་ལྟ་བུ་མེན་པར་སྤྲིབ་ཀྱི་སྤྱི་རིམ་དོད་པའི་
 ཁྱད་ཆོས་ཁྲན་ཡོད། དཔེར་ན། སྤྱང་གི་མི་སྤྱི་འགྲེལ་
 སྤྱོད་བྱ་ཡུལ་ཁོར་ཡུག་གི་ནམ་པ། མི་སྤྱི་གཙོ་བོ་སྒྲི་
 སྤྱོད་དུས་ཅི་འདྲ་ཞིག་ལ་ཚུལ་ཁྲོ་རྩེ་བཅས་པ། དེ་
 ནས་ན་ཆོད་རིམ་གྱི་རྒྱས་ཏེ་ལང་ཆོལ་དཔལ་ཡོན་
 ཡོངས་སྤྱོད་གསལ་ནས་ཤེས་བྱའི་གནས་ལ་སྤྱངས་པ་
 རི་རྩེ་བྱས་པ། ལྷག་པར་དུ་དྲག་དྲུག་འཆུབ་པའི་རིག་
 གསར་གྱི་རྒྱུད་དམར་ཁོད་དུ། བོད་མི་རིགས་ཀྱི་སྤྱོད་
 སྤྱོད་ཐུན་མེན་གྱི་རིག་གཞུང་ཙམ་ལྷག་དུ་ཁོར་བཤང་།
 དེ་འཛིན་མཁས་དབང་ནམས་ལ་སྤྱོད་སྤྱོད་མཚན་
 གཙོད་ཡོག་པ། སྤྱོད་ཀྱི་ཡིད་ལ་བརྒྱག་པའི་རེ་བ་
 དང་། རང་དབང་དང་བདེན་དོན། བཅས་དང་དགའ་
 སྤྱོད་པ་བཅས་ལ་ཏུ་ལས་ཤིང་ཏང་སང་དགོས་པའི་
 ཆག་སྤྱོད་བཅས་སྤྱོད་པའི་སྤྱོད་ཆོས་ཀྱི་གནས་
 ལྟངས། དང་སྤྱོད་མི་སྤྱི་གཙོ་བོ་པའི་སྤྱོད་ཀྱི་བྱ་
 བའི་ནམ་འགྱུར། ངག་གི་འདྲ་བྱེད། ཡིད་ཀྱི་ཉམས་
 འགྱུར་མོགས་སྤྲིབ་ཞིབ་རྒྱས་སྤྱོད་འདྲུག་

༡༥ མི་རིགས་རང་མཚན་པ་དང་ཡུལ་
 རང་མཚན་པའི་ཁྱད་ཆོས། སྤྱོད་པ་ཚུམ་རིག་ལ་
 མཚོན་ན་མི་རིགས་རང་མཚན་པའི་བསམ་པ་དང་རྩ་
 བ། གོམས་སྤོལ་མོགས་ཤི་རྩེ་ཟབ་པ་དེ་རྩེ་རྩེ་
 བརྩམས་ཆོས་ཀྱང་བཟང་ཞིང་རིན་ཐང་ཅན་དུ་འགྱུར་
 ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། ཉམ་ཚོམ་འདི་ལྟར་མི་རིགས་
 ཀྱི་ཁྱད་ཆོས་མི་ཏུང་བཞིག་ཐོན་ཡོད། དཔེར་ན། ཁོར་
 ཡུག་རི་བོ་གྲང་གྱི་ཆོགས། དབྱ་ལ་མོག་དགར་གྱི་ན་
 པཡི། ཞེས་དང་། ས་སྤྱང་རྩེ་ལ་འཛིགས་པ་སྤྱོད་
 བའི་གནག་སྤྱོད་ངང་པའི་སྤྱོད་པོན་ཆོགས། ཞེས་
 པ་དང་། རུས་སྤྱོད་ཉལ་འདྲའི་སྤྱོད་ཆོགས། རྩེ་མ་
 རྩེ་ཆོན་ཐག་སྤྱོད་པའི་ཅན། ཞེས་དང་། མ་ཞིའི་
 དར་སྤྱོད་གཡོ་བའདིས། ཞེས་མོགས་ཀྱིས་ཡོད་ཡུལ་
 ཙམ་ཐང་འདྲོག་པའི་རྩེ་བཅུད་ཀྱི་འཆོལ་པའི་རྩེ་བཅུན་
 སྤྱོད་བྱུང་མདོར་བརྩམས་ཏེ་བརྒྱན་ཡོད།

༡༦ དུས་རབས་ཀྱི་ཁྱད་ཆོས།
 སྤྱི་ཚོགས་དང་མི་ལི་འཆོལ་བའི་ནམ་པ་གཅིག་དང་
 གནས་གཅིག་དུ་མི་སྤྱོད་པར་འགྱུར་བའི་དངོས་པའི་
 ཆོས་ཉིད་དུ་གྱུབ་ཅིང་། ཚུམ་རིག་གིས་ཀྱང་དུས་
 རབས་ཀྱི་ཁྱད་ཆོས་ཁ་གསལ་བྱང་བདེན་དུ་སྤྱོད་པ་
 བེན་དུ་གཤམ་ཆེན་ཆགས་ཡོད། ཚུམ་ཡིག་འདིར་ཡང་
 སྤྱོད་མའི་དུས་རབས་ཙམ་བཅས་འགྱུར་མེད་ཅིང་།
 དུས་རབས་གསར་བའི་ཁྱད་ཆོས་དག་ཀྱང་སྤྱོད་པ་
 ཀྱན་ནས་གསལ་སྤྱོད་བྱས་ཡོད། དེ་ཡང་རྩ་ཐང་

འབྲུག་པའི་རྩོད་གནས་ལ་ཆ་མཚོན་ན་རྩོད་མའི་དུས་
ལྟར་སྤྲུམ་ལ་བརྟེན་པ་དང་། སྤྲུམ་རྒྱུ་མ་ཞིའི་
དར་རྩོད་འབྲུག་པ་སྤྲུམ་སྤར་སྤོལ་ལྟར་གནས་
ཤིང་། དང་རྩོད་མས་ཀྱི་ཁྲིམས་ལུགས་དང་། སྤྲུམ་
དུས་གསར་པ། རྩོད་པ་འབྲུག་སྤྲུམ་ཀྱི་ཐད་དུས་
རབས་གསར་པའི་སྤྲུམ་ཀྱི་རྒྱུ་མ་པ་གང་མང་ཞིག་
མའོན་པར་བྱས་ཡོད།

༤༥ དངོས་པོའི་གནས་ལུགས་རྩོད་པའི་ལྟ་བུའི་
ཁྲུང་ཆོས།
བཅུ་མས་ཆོས་བཟང་པོ་ཞིག་ཡིན་ན་མཚོན་དོན་གྱི་
བརྟེན་བྱ་ཕན་བྱའི་རྒྱུ་མ་སྤྲུམ་ཀྱི་རང་བཞིན་
དང་། དངོས་པོའི་གནས་ལུགས་ཀྱི་ཟབ་གནས་མང་
པོས་མི་གཞན་གྱི་སྤྲུམ་འབྲུག་པ། ཉམས་སྤྲོད་དང་
སྤྲུམ་གསེབ་པ། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྲུམ་གསེབ་པ་
བཞིན། དེ་ནི་བཅུ་མས་ཆོས་ཀྱི་དགོས་ཉིང་ཡང་ཡིན་
ཞེས་པ་ལྟར། རྩོད་ཆོས་འདིར་ཡང་། དཔེར་ན་
སྤྲུམ་པའི་ཆུ་བོ་གྱི་དུས་ཀྱི་ཐུར་དུ་འབབ་པ་ལོ་
ནར་འདོད། བཅོ་དུངས་མེ་ཆུ་ཐུར་དུ་བརྟེན་ཀྱང་
གྲུན་ལ་འབར་བའི་རང་ཆུ་ལ་འཛིན། ཞེས་དང་།
དམ་པ་རྩོད་པའི་ཡུལ་གྱིས་རྒྱུད་ཀྱང་གཞུང་བཟང་
མའོན་པར་གཏོང་མིན་ལ། ཞེས་དང་། ལན་ཆགས་
ས་པོན་དེ་བཏབ་པས། རྩོད་པའི་སྤྲུམ་ལས་ངན་ཞིག་
སྤྲུམ་བསྐྱེད་པ་ལོན་ཆུ་ལ་གྱིས་འཁོར། ཞེས་དང་།
ཞིང་ལ་ནས་ཀྱི་སྤྲུམ་བཏབ་ཆོ། སྤྲུམ་འབྲུག་པའི་

སྤྲུམ་ལ། གཞན་ལ་གཞོན་པའི་ལས་བྱས་ན། རང་
ལ་ཕན་པ་ཇི་ལྟར་འབྱུང་། ཞེས་དང་། དུས་ཀྱི་རྒྱ་
རྒྱུན་འཛིན་པ་ན། ཡོན་ཏན་སྤང་ཆར་འཛོལ་བར་
ངས། ཞེས་སྤྲུམ་ཀྱིས་རྒྱུ་མ་དང་མི་མཐུན་པའི་རྒྱ་
ལས་འབྲུག་པའི་བྱུང་བ་དང་། རྒྱ་རྒྱུན་གྲངས་ཆར་
ལས་འབྲུག་པའི་བྱུང་བའི་དངོས་པོའི་ཆོས་ཉིད་བརྟེན་
ཅིང་། གཞན་ལ་དུས་ཀྱི་དངོས་པོའི་རང་
བཞིན་སྤོང་ངེས་པའི་ཆུ་བོ་བཅས་བརྟེན་ཏེ། རྒྱུགས་
ལ་འབྲུག་པའི་འབྲུག་པའི་དུས་ཀྱི་དངོས་པོའི་རང་
སྤྲུམ་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུན་ལ་འབྲུག་པའི་སྤྲུམ་ཀྱི་བཏབ་པ་ཡང་
སྤྲུམ་ཀྱི་པའི་རྒྱུ་མ་དང་སྤྲུམ་ཀྱི་དངོས་པོའི་རང་

ཆོས་ཉམས་སྤྲུམ་ཀྱི་ཁྲུང་ཆོས།

རྩོད་ཆོས་ཀྱི་ཁྲུང་ཆོས་གལ་ཆེ་བ་གཞན་ཞིག་ནི། རྩོག་
པ་པོ་དང་ཉམས་པ་པོའི་ཡིད་འདོད་པོར་བརྟེན་དོན་གྱི་དངོས་
པོའི་དབྱིབས་དང་ཁ་དོག་ རྩོད་ཀྱི་སྤྲུམ་ཀྱི་སྤྲུམ་
མེར་འཆར་བའི་རྩོད་བརྟེན་འགོད་པ་ཡིན་ལ། རྩོད་
བརྟེན་ལ་ཡང་རྩོག་བཅས་དང་རྩོག་མེད་ཀྱི་རྩོད་བརྟེན་
གཉིས་སུ་ཡོད་ཅིང་། དེ་ལ་རྩོད་པའི་སྤྲུམ་ཀྱི་སྤྲུམ་
གི་རྩོད་ཀྱི་དང་ཡིད་འགྱུར་གྱི་ཉམས་སྤྲུམ་ སེམས་
མེད་ཀྱི་དངོས་པོ་དང་བྱ་རི་དུགས་སྤྲུམ་ལ་མི་ཡི་ཀྱན་
སྤོང་དང་བྱ་བའི་ཁྲུང་པར་རྩོག་བཏགས་བྱས་པའི་
འགྲུལ་སྤྲུམ་གྱི་ཉམས་སྤྲུམ་ལ་ཟེར་ཞིང་། སྤྲུམ་མི་སྤྲུམ་
གྱི་རི་ར་བ་ཁང་ཁྲིམ་སྤྲུམ་སྤོང་འཇགས་སུ་གནས་
པའི་ཉམས་སྤྲུམ་ལ་གོ་བཞིན། རྩོད་ཆོས་འདིར་ཡང་། པོད་

གར་ཕྱོགས་མདྲ་སྒྲིག་ཁྲུལ་གྱི་བྲག་དཀར་ཁ་སྤྲོད་ཞེས་ བེ་ཡུལ་དེའི་རི་ཚེ་རྣམས་རབ་དཀར་ཁ་བས་ཀུན་ ཏུ་མཛེས་པ། བར་ན་ནགས་ཚལ་གྱིས་ཁེངས་པ། སྒྲིག་མཚོ་དང་མཚོ་ཕྱེད་ཀྱི་སྒྲིག་གསུམ་བུ་ པ། ཅ་ཐང་འབྲོག་པའི་སྤྱི་ཁྱིམ་དང་། སྤྱི་ཚོགས་ གསར་པའི་འཛོལ་ སྤྱང་གི་མི་སྣ་གཙོ་བོའི་གཟུགས་ རིས་དང་སེམས་ཁམས། ལྷག་པར་མཚོ་ཆུ་བས་སྤྱི་ འཕྲུལ་བའི་རིག་གསར་ལས་འགྲུལ་སྐབས་ཀྱི་མི་ རྣམས་ཀྱི་ལུས་དག་རྣམས་འགྲུར། བྱ་བའི་འགྲུལ་སྤྱོད་ སྐོག་སྐོག་དོན་སྤྱི་ཚུ་ལ་གྱིས་བཞེད་པ་ཏྲ་བུ་མིན་པར་རྟོག་ བཅས་དང་རྟོག་མེད། རྟེན་འཇགས་དང་འགྲུལ་སྤྱོད་ ཀྱི་སྤྱང་བརྟན་གསལ་ཞིབ་བཞེངས་སྤྱི་བྱས་ཏེ་སྤྱོད་ ཚོར་དུ་གཏད་ཅིང་། མདོན་སྤྱི་ཚུ་ལ་མཚོན་ཀྱང་དེ་རྣམས་ བས་དངོས་སྤྱོད་སྤྱི་ཚུ་ལ་ཏྲ་བུ་མིན་པར་མཚོན་ ཡོད། དཔེར་ན། ཁོར་ཡུག་རི་བོ་གུང་གི་ཚོགས། ཞེས་དང་། རྟེན་གྱི་ནགས་ཀྱང་ལྷ་ཕྱེད། ཞེས་དང་། སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱང་སྤྱོད་སྤྱང་དབང་སྤྱོད་ཀྱི། ཞེས་དང་། རུས་ སྤྱི་ལ་ཉལ་འདྲའི་སྤྱི་ལ་ཚོགས། ཞེས་སྐོག་གསུམ་ ཡུལ་སྤྱོད་སྤྱི་སྤྱང་བརྟན་བརྟན་པ་དང་། རྟེན་མེད་ ཡིག་ཆེན་རི་མོ་ཡིས། ཀུན་གསལ་འདྲེན་བྱེད་ཡོང་ བར་བསྐྱར། ཞེས་དང་། ཀྱི་ཏུང་དུས་ཀྱི་མི་སྤྱི་ བཞེན་རས་ཀྱི་འཛིན་ནག་པོ་འབྲིགས་པ་ལས། ཞེས་ དང་། དཀར་འཇམ་དཔུང་པའི་ཡང་ཐོག་ཏུ། དམར་ སྤྱང་དམག་གི་རྟགས་འཛིན་པའི། ཞེས་དང་། རྟེན་ མེད་ཤོག་བྱའི་པན་ཞུ་ཞིག། གང་གི་སྤྱི་བོའི་ཀུན་དུ་

བྱིན། ཞེས་དང་། ལག་པ་མཁའ་ལ་སྤྱོད་བཞེན་ པར། ཏ་ཏ་ཏེ་ཏེ་ཏེ་གད་སྤྱངས་སྤྱོད། ཅེས་དང་། འཛོད་ཚིག་དབྱར་སྤྱི་ལ་མཁའ་འབྱུང་། རུས་ གཅིག་མེད་པའི་སྤྱི་ལ་བྱུང་། ཞེས་དང་། ལབ་ ཀྱི་མུན་འཛིན་བཞེན་གྱི་མཁའ་། རུས་ཞེན་ཏེ་མས་ དཔེན་པ་ཡི། མཆོམ་འཛིན་སྤྱི་ཚོགས་འགོད་ལ་བྱེ། ཞེས་སྐོག་གསུམ་དང་སྤྱོད་གི་མི་སྤྱི་ལ་བྱེ་བའི་འགྲུལ་ སྤྱོད། ལུས་དག་གི་འདྲེ་བྱེད། ཡིད་ཀྱི་ཉམས་འགྲུར་ སྐོག་སྐོག་མིག་སྤྱི་ལ་མཚོན་བཤད་དང་། རྣ་བར་ཐོས་སྤྱི་ བྱེད་པའི་རྟོག་བཅས་ཀྱི་སྤྱང་བརྟན་ཕུན་སུམ་ཚོགས་ པ་མདོན་པར་བྱས་ཡོད། ཏོན་མོངས་མུན་ པས་སྤྱི་ལ་བྱེད་བསྐྱབས་པའི་གང་ཟག་ཡིད་ཀྱི་ཆ་བའི་ གདུང་བ་བདག་གིས་མིན་ཞེས་ལྟ་བུ་ཕྱོགས་ཀྱི། ཆུ་ ལྷའི་གོང་གི་དགའ་ལྷོན་ལ་བརྟེན་གསུམ་དགོང་གསུམ་ མཚམས་དམར་པའི་འོད་ཀྱིས་འཛིན་མ་འཇའ་ཚོན་ གོས་བཟང་བརྟེན། ཞེས་སྐོག་གསུམ་རྟོག་མེད་ཀྱི་ དངོས་པོ་ལ་རྟོག་བཅས་མི་ཡི་འདྲེ་བྱེད་ཀྱི་ཁྱད་པར་ རྟོག་བཏགས་བྱས་ཏེ་རྟོག་མེད་ཀྱི་དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱང་ གསེན་ཀྱིས་ཀྱི་འགྲུལ་སྤྱོད་བྱེད་པའི་མཛེས་སྤྱི་ གི་སྤྱང་བརྟན་འཛིན་ཅན་མདོན་པར་བྱས་འདྲུག་ རྣམ།

ཆོག་སྤྱོད་ཀྱི་ཁྱད་ཆོས།

ཚིག་རིག་ཞི་ཆོག་གི་སྤྱི་ཚུ་ལ་ཡིན་པས་ཆོག་སྤྱོད་ཀྱི་རྟེན་ རས་མཛེས་ཆོས་ཐོན་པ་གལ་ཆེ་བ་དང་། ཁྱད་པར་ དུ་སྤྱི་ཚོགས་ལ་ཆོག་སྤྱོད་ལ་དོན་འདུས་ཆེ་བ། ཆོག་

སྤེལ་ལེགས་ཤིང་སྤྲུལ་ཀ་གཙང་བ། གསལ་བཟིང་ ལྷན་འདེབས་འགྲུར་ཁྲགས་འདྲེགས་འཛིག་དབྱངས་ གྱི་ཡོན་ཏན། བཅོམ་དོན་ཁ་གསལ་ཁོང་སྤྲོ་ གྱི་ཡོན་ཏན་རང་བྱུང་དུ་ཐོན་པ་ཞིག་དགོས། ལྷན་ མེད་པ་གསལ་བའི་ཡོན་ཏན། ཟུར་བཞུག་ལེབ་མཐོང་ ཆོག་འདིར་ཡང་། ཀྱི་ཤའི་མཁུར་ཆོས་ཀུ་ལ་ཤ་ཡི་ བཞིན་བཟང་ཅན ། ཞེས་དང་། ཉ་ཉུང་མི་བསྐྱེས་ རྣམ་དཔྱད་ཐོང་གིས། ། ཞེས་སོགས་མེས་ཁྲིད་དང་ བྱ་དགའ་བའི་ཁྱེན་གྱིས་མཛོལ་གྱིང་། མེད་པའི་ཁྱེན་ པོ་ཞེས་དང་། བཅུ་དྲུངས་མེ་ཉི་ཅེས་ཞེས་སོགས་ཀྱི་ དཔེས་བཅོམ་དོན་གསལ་པོར་མཆོན་ཞིང་ལྷན་ འདེབས་ཞུན་པ། ཀྱི་ཉུང་དུས་ཀྱི་མི་སྤྲུག་བཞིན་རས་ ཅེས་དང་། འགྲོ་བའི་བསོད་ནམས་དཔྱིད་དུ་གར་ བཅེས་དང་། ཉོན་མོངས་ལུན་པས་སྤྲུག་པོར་ བསྐྱེད་པས་པའི་གང་ཟག་ཅེས་སོགས་ཀྱིས་རིག་ གསར་རྒྱལ་ཀྱི་ལུན་ནག་སྤྱི་ཆོགས་ཀྱི་གནས་རྒྱུད་ས་ ཇི་བཞིན་མཆོན་པ་དང་། ཡབ་ཀྱི་ལུན་འཛིན་བཞིན་ གྱི་མཁུར། རུས་ཞེན་ཉི་མས་དཔེན་པ་ཡིས། མཆོ་ མའི་རྣམ་ཆོགས་འགོད་ལ་བྲེལ། ཞེས་སོགས་ཉི་མས་ མཆོར་བའི་དཔེ་དང་སྤྱར་བ་སོགས། དཔེ་རྣམས་ དོན་ལ་འགྱུར་ཆེ་བ་དང་བདེ་སྤྱིད་དཔལ་འབར་བའི་ སྤྱི་ཆོགས་དང་། ཡང་ན་ལུན་ནག་སྤྱི་ཆོགས་ཀྱི་འཆོ་ བ་རྣམས་མ་འདྲེས་པར་གསལ་པོར་མཆོན་ཏེ། བཅོམ་ དོན་གྱི་རང་མཆོན་རྣམས་དེར་གསལ་ལུས་ཤིང་། བཅོམ་ བྱེད་བྱེད་མཁུར་མོངས་ཀྱིན་ལ་གྲགས་ཤིང་གོང་ ཆོག་གིས་མ་བསྐྱེད་པར་བཟངས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་དང་། སྤྱོད་ནི་ཀྱི་ཉི་མས་ཁྲུང་པར་ཅན་དང་ཞུན་པ་ལྷན་པའི་

ཡོན་ཏན། ཆོག་འཇམ་ཁོང་མཉམ་པ་ཤིན་གཞོན་ གྱི་ཡོན་ཏན། བཅོམ་དོན་ཁ་གསལ་ཁོང་སྤྲོ་ མེད་པ་གསལ་བའི་ཡོན་ཏན། ཟུར་བཞུག་ལེབ་མཐོང་ བྱི་བྱང་པར་ཞུན་པ་ཁྱེན་པའི་ཡོན་ཏན། བཅོམ་དོན་ འཛིག་ཏེན་གྲགས་མཆོམས་ལས་མ་འདས་ཤིང་ཡོན་ འོང་ལྷན་འདེབས་ཀྱི་བྱང་ཆོས་ཞུན་པ་མཛོལ་བའི་ཡོན་ ཏན། སེམས་ཞུན་ལ་སྤྱོར་བའི་ཐ་སྤྱད་སེམས་མེད་ ལ་སྤྱར་ཏེ་མཛོལ་ཉི་མས་དང་གསོན་ཉི་མས་ཐོན་པ་ཏིང་ དེ་འཛིན་གྱི་ཡོན་ཏན་སོགས་ལྷན་དག་སྤྱོར་ཚུལ་གྱི་ བྱང་ཆོན་ཐུན་མོང་མེན་པ་ཞིག་ཐོན་འདུག་རྣམ།

གཞུང་གི་སྤྱི་ཁོག་འབྲུག་ཚུལ་གྱི་བྱང་ཆོས།

སྤྱིར་བཏང་ཚོམ་གྱི་སྤྱི་ཁོག་བཀོད་སྤྱིག་རྒྱུད་ ཅས། རི་མོ་མཁུས་པས་མི་གཟུགས་འབྲེ་བ་བཞིན། ཚོམ་ལུས་ཡོངས་ཤོགས་ཀྱི་བཀོད་སྤྱིག་ལུན་སུམ་ ཆོགས་པ་ཞིག་འབྱུང་བྱུ་ཤིན་ཏུག་ལ་ཆེ་ཞིང་། བྱང་ པར་ཚོམ་གྱི་མགོ་འཛིན་ཚུལ། གཞུང་བསྐྱང་ཚུལ། མཇུག་རྒྱུད་ཚུལ་གསུམ་ནི་ཚོམ་རིག་གི་གནད་ཆེས་ ཞིག་ཡིན་ཞེས་པ་རྣམས། ལྷན་ཆོག་འདིར་ཡང་དེའི་སྤྱིགས་ ཀྱི་བཀོད་སྤྱིག་ལུན་སུམ་ཆོགས་པ་བྱུང་ཡོད། འོན་ཀྱང་ མཇུག་རྒྱུད་ཚུལ་འདིར་མིགས་ལ་བས་དེའི་རྣམས་བཅོམ་ མེན་ལ།

༡༥ ཚོམ་གྱི་མགོ་འཛིན་པའི་བྱང་ ཆོས། ཚོམ་གྱི་མགོ་ནི་ཚོམ་གྱི་འཇུག་སྤྱི་ཡོན་པས་སྤྱོས་

མི་སྒྲུབ་འབྲེལ་དང་ཁ་བྲལ་ཐབས་མེད། གྲེ་བྲག་ཏུ་སྦྱང་
གཏམ་ནི་ཚིམ་རིགས་གཞན་དང་མི་འདྲ་བར་ཟབ་ཅིང་
བྱ་ཆེ་བ་དང་། རྟོག་བཟོའི་ཐབས་ལ་བརྟེན་ནས་སྦྱི་
ཚོགས་ཀྱི་འཆོ་བ་མཚོན་པས་ཕྱོགས་མང་དང་ཕྱ་ཞིབ་
ཀྱིས་མི་སྒྲུབ་འབྲེལ་གཤིས་གསལ་པོར་ཐོན་པ་ཡིན་
དགོས། དེ་ལྟ་བུའི་མི་སྒྲུབ་སྦྱི་ཚོགས་ཚབ་མཚོན་གྱི་
མི་སྒྲུབ་ཡིན་པས། མི་སྒྲུབ་ཕྱི་ཚུལ་ཙམ་མིན་པར་གཙོ་
བོན་གཞུག་པའོགས་མེས་ཀྱི་འགྱུར་བ་ཕྱོད་པུར་
ཕུང་བ་བྱེད་དགོས། སྦྱང་གཏམ་གྱི་མི་སྒྲུབ་འདྲ་འཆོ་
བ་དངོས་ཀྱི་མི་སྒྲུབ་དང་ཐག་ཏུ་ཉེ་དང་རྟོག་འཛིང་གི་
འཆོ་བ་བདེན་པར་མཚོན་དགོས་པས་མི་སྒྲུབ་དྲང་རྟོག་
ཀྱང་དཔྱེ་དགོས། སྦྱང་གཏམ་འདྲའི་མི་སྒྲུབ་ཤོད་
འབྲེ་ཕྱོགས་ལ་མཚོན་ན། ཟླ་སྟོན་དང་དེའི་པ་མ་
གཉིས། སྒྲལ་བ་བཟང་དང་གསར་བ་རྩེ་སྦྱབས་བཅས་
ཚབ་མཚོན་གྱི་མི་སྒྲུབ་ཙམ་གསར་བ་ཞེས་བྲས་ཡོད་
ལ། དེ་ལས་ཟླ་སྟོན་ནི་དྲང་ཕྱོགས་ཀྱི་མི་སྒྲུབ་གཙོ་བོ་
ཡིན་པ་དང་། ཁོ་མོ་ནི་བཞེན་མཛུགས་དཀར་ལ་
དམར་འོད་ཆགས་པ། དཀྱུས་རིང་གི་མིག་ཟུང་གུང་
གདོད་ཅིང་མཛེས་པ། སྦྱུ་མ་ནག་གི་སྒྲ་ལོ་རིང་དུ་
འཆང་ཞིང་། དྲང་གི་ནམ་མཁའ་རི་བོར་གི་གཟུགས་
བརྟན་འཛིན་པའི་འོ་འཛིན་འབྱར་དུ་དོད་པ། རག་
འཇམ་ལ་ཆོག་བཅུན་པ། གཞུང་སེམས་དྲང་ལ་གཡོ་
སྦྱས་མ་བསྟན་པ། ཆོ་རིག་གསལ་ཞིང་ཕྱུངས་སྟོབས་
བྱས་པ། པ་མར་གུས་ཤིང་གྲོགས་ལ་ཕྱི་ཐག་རིང་
པ། གུང་བཟན་ཏང་དང་གསར་བ་རྩེ་ལ་དགའ་ཞེན་

ཆེ་བ་བཅས་ཀྱི་ཁྱད་ཆོས་ལྡན་པ་སྟེ། དེ་ཡང་། ཉ་
ཟླའི་གདོང་གི་མཁུར་ཆོས་ལ། དབང་གཞུང་མཛེས་
པ་མངོན་གསལ་ཞིང་། ཞེས་དང་། དཀྱུས་རིང་
མིག་གི་ཉིམ་ལས། སྦྱང་གུང་འོད་ཀྱི་ཐིག་ལོ་འབར་།
ཞེས་དང་། དྲང་གི་ནམ་མཁའ་འོ་འཛིན་གྱི། ཞེས་
དང་། དོན་ལྡན་ཆོག་གི་སྦྱང་དྲུངས་འདིས། གང་
གི་གཉིད་ཀྱི་བདེ་བ་འཕྲོག། ཅས་དང་། བདེན་ནོ་
ཁྱེད་ལ་ཅི་ཉེས་ཏེ། ཞེས་དང་། རང་བཞིན་དྲང་
བའི་ཆོག་གི་མདའ། ཞེས་དང་། གཞན་དྲིང་འཛིག་
གི་དགོས་པ་མེད། ཅས་དང་། འདྲན་བྱེད་གངས་
ཀྱི་རི་བོ་ལས། སྦྱག་བསྐལ་མཆི་མའི་ཚུ་བྱུན་བབས།
ཞེས་དང་། དཀྱུང་ཁོ་མོའི་སྒྲ་ཡི་ལོ་རིང་། ཡི་གེའི་
གཟུགས་བརྟན་ཅི་ཡང་བཟ། ཞེས་དང་། ཏང་གི་
གཟེ་བ་རྩེད་ཁང་བཟང་དུ། ཞུགས་པའི་ཀུན་སྒྲོང་
མངོན་ལྡན་ཡང་། ཞེས་སོགས་ཀྱིས་མཚོན་པར་བྲས་
ཡོད། སྦྱོག་ཕྱོགས་ཀྱི་མི་སྒྲུབ་གསར་བ་རྩེ་སྦྱབས་ནི། ན་
ཆོད་ཕྱ་ལ་སྒྲོ་རིག་གསལ་ཡང་། གཡོ་སྦྱས་སེམས་
ཀྱུང་འཕྲོག་པ། བོད་ཀྱི་བྱུན་མིན་རིག་གཞུང་དང་དེ་
འཛིན་སྦྱོས་བྱུན་མས་ལ་རྟིང་ནས་འཁྱུ་བའི་སེམས་དང་
ལྡན་པ། གཤིས་ཀྱུང་རྩུབ་ཅིང་རྟིང་རྩེ་མེད་པ། འདོད་
ཞེན་ཆེ་ལ་སྦྱེལ་ལད་མཁས་པ། འཛིག་རྟེན་པ་རོལ་
མེད་པར་ལྟ་བུའི་དམར་པོའི་ལྟ་བ་འཛིན་པ། རྒྱལ་
ཁ་རང་དང་གྲོང་ཁ་གཞན་ལ་སྦྱར་བ། མི་གཞན་གྱི་
ཕྱག་སྒྲུས་ལས་དབང་ཆའི་ཁང་བཟང་དུ་བཤོད་མཁས་

པ། རང་ཉེས་གཞན་ལ་འགྲུག་ཅུབ་ཀྱི་ བྱང་རིམ་ནི། མི་སྒྲིའི་འགལ་འབྲེལ་གྱི་འཆོ་བའི་དོན་
བསམ་པ་ནག་པ་བཅས་ཀྱི་རང་བཞིན་ལྡན་པ་སྟེ། དེ་ རྒྱུན་འཕེལ་རྒྱས་འགྲོ་བའི་གོ་རིམ་མཐའ་གནས་ཚུལ་
ཡང་། ཀྱལ་ཁྱེ་བ་སྒྲོལ་མ་ལགས། བྱིད་ཀྱི་ལངས་ ཅི་བྱང་གི་ནང་དོན་རིམ་པ་སྒྲིག་སྒྲུབ་སྟེ་ཤིག་ལ་ཟེར།
ཕྱོགས་རིམ་ལྟར་བཏན། ཞེས་དང་། ཡབ་དང་འཐབ་ དེའི་དགོས་པ་ནི་སྒྲིག་པ་པོ་དང་ཉན་པ་པོས་སྒྲིཊ་ཆོགས་
ཚོད་བཀྱིད་ཡོད་པ། གསར་བཛེའི་བྱ་སྒྲིད་ཁོན་ཉིད། ཀྱི་སྒྲུབ་ཚུལ་ལ་སེམས་ཁུར་བྱེད་པ་དང་། ཞིབ་འཇུག་
ཞེས་དང་། དེ་ཡི་འདོད་པ་གཞན་ཡིན་ཀྱང་། ཞེས་ བྱེད་པ། དོན་རྒྱུན་དེ་དག་བྱང་བའི་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་འབྲེལ་
དང་། མཁས་པའི་དྲི་བསྐྱེད་རབ་མནམས་པ། བར་བསམ་གཞིགས་བྱེད་པའི་སྒྲོ་བ་འབྲེན་པ་བཅས་
ཕྱགས་བདར་བྱོད་དུ་དཔྲེགས་ཞེས། ཞེས་དང་། ཡིན། འདིར་ཡང་བྱང་རིམ་ཆོན་པ་བདུན་ཙམ་དུ་
དང་པོར་ཆོས་ལུགས་སྒྲོའངས་དད་ཀྱི། ཞེས་དང་། དབྱེ་སྟེ། དང་པོ། རྒྱ་སྒྲོལ་ནར་སོན་ཏེ་ལང་ཆོའི་དཔལ་
གཞན་ཡང་སྟེ་འདྲེ་གདོན་གོགས་ཀྱི། དགེ་བཤེས་ ཡོན་རབ་དུ་རྒྱུ་གས་ནས་སྟལ་བཟང་དང་བརྟེ་སེམས་
གཏེ་བོར་སྤྲིང་བཙོང་ནས། ཞེས་དང་། ཤལི་བཟའ་ ཆགས་པ། འབྱུང་འགྱུར་གྱི་ཕྱགས་བསམ་ལ་ཡིད་
བ་མཆོག་གི་རོ། ཨ་ཤེ་སྤྱང་གིས་རབ་བྱུང་འངས་ནས། ཆོས་དང་རེ་བས་ཁེངས་པའི་སྐོར། གཉིས་པ། རིག་
ཞེས་དང་། གཞན་གྱི་ཕྱག་པའི་སྟེས་འཛེག་ལ་བརྟེན་ གསར་གྱི་རྒྱུང་དམར་དག་དུ་ལྡང་བའི་ནང་། བོད་
དབང་ཆའི་ཁང་བཟང་བདེ་བར་འདུག་ལ་རབ་གོམས་ མི་རིགས་ཀྱི་རིག་གཞུང་མ་ལག་དང་བཅས་པ་ཙ་
པ། ཞེས་སོགས་ཀྱིས་གསར་བཛེ་སྤྱབས་ཀྱི་ལུས་ བརྒྱག་དུ་སྤོང་བ་དང་། དེ་འཛིན་སྒྲིཊ་བྱ་རྒྱུམས་ལ་
ངག་སྒྲིད་པ་དང་། སེམས་ཁུམས་གསལ་བར་མཆོན་ མི་ཆོས་ལས་འདས་པའི་མནར་གཅོད་ཤིག་པའི་སྐོར།
ཡོད་ཅིང་། རྒྱ་སྒྲོལ་གྱི་པ་ནི་ཐུན་མོང་དང་ཐུན་མོང་ གསུམ་པ། རྒྱ་སྒྲོལ་གྱང་བཟན་ཏང་ནང་བཞུགས་པའི་
མེན་པའི་ཤེས་བྱའི་གནས་ལ་མཁས་ཤིང་། བཟོད་ འདུན་པ་ལྷགས་ཆེ་ཡོད་པ་དེ་གསར་བཛེ་སྤྱབས་ཀྱིས་
བསྐྱེད་ཆེ་བ་སྒྲིཊ་བཏན་པ་བཅས་ཡིན་པ། རྒྱ་སྒྲོལ་ གོ་སྟེབས་བཟུང་སྟེ། རྒྱ་སྒྲོལ་གྱི་སེམས་པ་བསྐྱེས་ནས་
གྱི་ཨ་མ་ནི་བྱམས་བརྟེ་ལྡན་ལ་གཤེས་རྒྱུད་འཇམ་པ། ཁོ་མོའི་ཕ་དང་སྟེལ་བཟང་དང་ཁ་བྱལ་དུ་བཏང་སྟེ་ཁོང་
སྟེལ་བཟང་ནི་བཟོད་བསྐྱེད་བཏན་ཅིང་གཞུང་སེམས་ གཉིས་ལ་རྒྱག་སྒྲིང་གཏོང་བཅུག་པའི་སྐོར། བཞི་པ།
དག་པ་བཅས་ཀྱི་རང་བཞིན་ལྡན་ཡོད། གསར་བཛེ་སྤྱབས་ཀྱིས་གཡོ་འཕུལ་སྟེ་ཆོགས་ལ་
བརྟེན་ནས་རྒྱ་སྒྲོལ་གྱི་དྲུངས་གཙང་ལུས་ཐོག་དབྱུངས་
དཀའ་བའི་རྒྱག་བསྟེན་གྱིས་བོན་བཏབ་པའི་སྐོར། ལ་
པ། གསར་བཛེ་སྤྱབས་ཀྱིས་གདུག་ཅུབ་ཀྱི་བསམ་

བྱང་རིམ་ཐད་ཀྱི་བྱད་ཆོས།

པ་གནག་པས་སྐལ་བཟང་བཅོན་དུ་བཅུག་པའི་སྐོར།
དུག་པ། རིག་གསར་གྱི་མུན་ནག་སྤྱི་ཚོགས་ཁོད་དུ་
ཟླ་སྟོན་གྱི་ཡུགས་བསམ་དང་བདེན་དོན་ལ་གཞན་གྱིས་
བརྒྱས་བཅོས་ཐེབས་པ་དང་། ལུས་སེམས་རྩིང་དཀའ་
ངལ་དང་མཉམ་རྒྱལ་ཚད་མེད་ཐོག་སྟེ། རང་ཉིད་
ཀྱི་འབྲུང་འབྲུར་དམིགས་འདུན་ལ་འཇུག་པ་ཆད་དེ་མུ་རྒྱ་
དང་སྟོན་གྱི་དུང་གི་སྐོར་དུ་སྤྱག་བསྐལ་གྱི་ཤུགས་རིང་
འཐེན་བཞིན་གནས་པའི་སྐོར། བདུན་པ། ཟླ་སྟོན་ལ་
དཀའ་ངལ་ལས་ཐར་ཏེ་སྤྱངས་སྟོབས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་
རྒྱས་པའི་སྐོར་བཅས་ཡིན།

ཁོར་ཡུག་སྐོར་གྱི་ཁྱད་ཆོས།

སྤྱང་གཏམ་གྱི་མི་སྡེ་ནི་འོ་རྒྱས་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་དང་རང་
བྱུང་གི་གནས་ཡུལ་ངེས་ཅན་ཞིག་ཏུ་འགྲེལ་སྟོན་གྱི་
དགོས་ལ། སྤྱང་གཏམ་གྱི་བྱུང་བའང་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་
གནས་ཚུལ་ཇི་འདྲ་ཞིག་དང་གནས་གཤམ་ཞིག་ཏུ་
བྱུང་བ་དང་ཁ་བྱལ་ཐབས་མེད། སྤྱི་ཚོགས་དང་རང་
བྱུང་ཁོར་ཡུག་གིས་མི་སྡེ་ལ་ཤུགས་རྒྱུན་ཐེབས་ལ་མི་
སྡེ་རང་གཤིས་ཀྱང་དེ་འདྲའི་ཁོར་ཡུག་ངེས་ཅན་ཞིག་
གི་གན་ཤུགས་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བ་ཡིན། འདིར་
ཡང་རང་བྱུང་གི་ཁོར་ཡུག་ནི་བྱག་དཀར་ཁ་སྤྲིའི་རི་
ཡི་ཅེ་མོ་ནམས་ཚོག་དཀར་ལྗང་ཁ་བས་ཀྱུན་ནས་
མཛེས་ཤིང་། བར་ན་ནགས་རྒྱུད་གིས་ཁེངས་པ། རྒྱན་
ན་མཚོ་མཚོ་འུ་མེ་དོག་སོགས་ཀྱིས་བརྒྱན་པ་དེ་ཡིན་
ལ། སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་ནི་རིག་གསར་གྱི་རྒྱུད་

འཛུལ་དུག་ཏུ་ཁྱེད་བའི་མུན་ནག་གི་སྤྱི་ཚོགས་ལ་ང་
བ་དེ་ཉིད་ཡིན།

སྐད་ཆའི་སྒྱུ་ཅལ་གྱི་ཁྱད་ཆོས།

དེ་ཡང་། སྐད་ཆ་ནི། བཞིང་མཁན་དང་ཉན་མཁན་
བར་སྐད་ཆའི་གནས་བབ་བྱུང་པར་བའི་ནང་ཡན་རྒྱུན་
སྟོང་འདྲིས་དང་། རྒྱས་ལོན་བྱུང་བའི་བྱ་བ་ལ་ཟེར་ཞིང་།
སྐད་ཆ་ལ་བརྟེན་ནས་ཡིད་ཀྱི་ཚོར་རྟོག་དང་དྲན་པའི་
འཆར་སྣང་སྤྱི་ཚོགས་པ་དེ་ཁྱིར་ཐོན་ཅི་ཐུབ་ཤིང་པས་
ཅོམ་རིག་ལ་སྐད་ཆའི་སྒྱུ་ཅལ་ཞེས་བརྒྱགས། འདིར་
ཡང་སྐད་ཆའི་སྒྱུ་ཅལ་ལ་བརྟེན་ནས་སྐབས་དེའི་སྤྱི་
ཚོགས་ཀྱི་གནས་སྣངས། མི་སྡེའི་ལུས་ངག་གི་འདུ་
ཤིང་། རང་སེམས་ཀྱི་འབྲུར་བ་ཕྱོང་བཅས་གསལ་
ལ་འབྲུར་དོད་དུ་མཚོན་ཡོད། དཔེར་ན། རིག་པའི་
དཔའ་བོ་རྩོད་དོ་ཅིག། རྩ་པའི་ལམ་དུ་དཔོན་ཞེས།
ཞེས་དང་། དབྱ་གཉེན་དཔེ་བ་མ་ནོར་བར། ཡབ་
དང་འཐབ་ཅོད་བཞིན་པོད་པ། གསར་བཞེའི་བྱ་
སྟོན་ཁོན་ཉིད། ཞེས་དང་། དགེ་བཤེས་གཏེ་བོར་
རྩོད་བཅོང་ནས། གསར་བཞེར་རོ་ཁོ་ལ་ཤེད་བའོད།
ཞེས་གསར་བཞེ་རྒྱབས་ཀྱིས་སྤྱིས་པའི་སྐད་ཆ་དེས།
སྐབས་དེའི་མཐོ་སྤྱོད་སྤྱུར་བའི་རིག་གསར་ལས་
འགྲེལ་གྱི་ཁ་གཏད་དང་དམིགས་ཡུལ་གསལ་བར་
མཚོན་པ་མ་ཟད་རྟོག་སྟོགས་ཀྱི་མི་སྡེ་དེ་དག་གི་བསམ་
པ་དང་ལྟ་བ་ཡང་མཚོན་ཡོད། ཡང་ད་ཅང་རིང་
མིན་ཨ་མ་འདོའ་འབངས་ལ་ཞབས་ཞུ་སྒྲུབ་པའི་གསོས་

ཡུའབྲུར། ཞེས་པ་དང་། རྩོན་པ་འབྲིག་ལ་བརྟེན་
 པ་ཡི། འབྲི་གིང་དང་མོར་སྐྱེས་པ་མེད། མོར་ལ་
 བཀམ་པའི་དོན་མཐུན་འགའ། བང་གསོ་རྒྱུ་ལ་བཏབ་
 ཅེས་ཐོས། ཞེས་པའི་སྐད་ཆ་དེས། རྣམ་བཟང་གི་
 རྫོང་ཀར་གཞུང་དང་དང་རྩལ་བསམ་ཐོལ་མེད་ཡིན་
 པ་དང་། མ་ཟད་རང་གི་ཕྱོགས་སྒྲོལ་ལ་ལྟད་མེད་
 བརྩེ་སེམས་འཆང་མཁན་ཞིག་ཡིན་པར་མཆོན་ཡོད།
 བེན་ཏུ་བརྟན་པའི་དབྱེག་ལྡན་མ་ཡང་སྤྱི་བོད་བྱིན་
 པ་རྣམས་ལྟར་འདར། ཞེས་དང་། ཉིན་མོར་བྱེད་
 གྱི་མ་རུས་པའི། སྤྱི་བོད་ཡིད་གྱི་ཉོན་མོངས་ལུན།
 ཀུ་ལུང་གཉེན་གྱིས་ག་ལ་རུས། ཞེས་སོགས་གྱིས་
 རྣམས་དེའི་ལུན་ནག་སྤྱི་ཆོགས་གྱི་རང་བཞིན་གསལ་
 བར་མཆོན་པ་དང་། དབྱངས་ཅན་མ་ནི་མགིན་ཁབ་
 ཏུ། བཞུགས་པར་སྒྲོན་པའི་ངག་རིག་གང་། འདྲ་
 འཛི་ཤོང་གིན་གསོལ་དུ། བསམ་གཏན་རྒྱུད་མངས་
 རྒྱང་ལ་བྱེལ། ཞེས་སོགས་གྱིས་རྣམས་དེའི་སྤྱི་ཆོགས་
 ཅན་གཏམ་བཟོད་རང་དབང་མེད་པའི་གནས་
 རྒྱངས་གསལ་བར་མཆོན་ཡོད།

བརྗོད་སྒྲིང་ཕྱོགས་ཀྱི་བྱད་ཚེས།

ཚུམ་རིགས་བརྒྱམས་ཆོས་ཀྱི་བརྟུང་སྟེང་
ངམ་སྤྲུལ་གྱི། བརྒྱམས་ཆོས་ཀྱི་དྲུ་སྟེང་གསལ་འཆོ་
བརྟུང་སྟེང་དང་། རྣང་བརྟུན་གསལ་བཞེངས་།
ལྷན་དེ་བརྒྱམས་ཆོས་ཀྱི་ཐོག་མཐའ་བར་གསལ་།

དུ་ཚུམ་པ་པོས་སྐྱུག་ཅེ་ཐོགས་ནས་འཛིག་དེན་གྱི་
 མི་ནམས་ལ་བརྗོད་འདོད་ཀྱི་བསམ་སྒྲིལ་དགོངས་
 དོན་གཙོ་བོ་དེ་ལ་ཟེར་ཞིང་། འདིར་ཡང་རིག་
 གསལ་རྒྱུ་ལས་འགྲུལ་དག་པོ་ཡིན་དང་། རྩོན་གྱི་ཀྱུ་ལ་
 རྩོན་བཀའ་འདྲིན་ཅན་ནམས་ཀྱིས་རང་ཉིད་ཀྱི་ཆེ་མོས་
 གྲུང་ཡངས་མེད་དུ་བཏང་སྟེ་ལོགས་པར་བསྐྱུན་པའི་
 ཐུན་མོང་དང་ཐུན་མོང་མིན་པའི་རིག་གཞུང་ཆ་
 ལག་དང་བཅས་པ་ཅ་བསྐྱུག་དུ་མོང་སྟེ། བོད་མི་
 རིགས་ལ་གྲོང་རྒྱུད་ཆབས་ཆེ་བཅོས་པ། དེ་འཛིན་
 གྱི་སྐྱེས་བུ་སྤྱི་དང་ལྷག་པར་མཁའ་སྒྲུབ་ཀྱི་སྐྱེས་ཆེན་
 དམ་པ་ནམས་དང་། བོད་རིགས་སྒྲོགས་ར་གཞིན་
 སྐྱེས་ནམས་ལ་རྒྱུག་སྤྱོད་དང་མནར་བཅོས་ཆད་
 ལས་འདས་པ་ཤིག་ཅིང་། འགའ་ཞིག་རང་སྒོ་
 འགྱུར་བ་མེད་པའི་བདེན་དོན་ལ་གཞན་གྱིས་བརྒྱས་
 བཅོས་ཤུགས་ཆེ་ཐེབས་པ། འགའ་ཞིག་སེམས་
 རང་བཞིན་ལས་ཉམས་ཏེ་སྦྱོན་པ་ལྟར་འགྱུར་བ།
 འགའ་ཞིག་རང་གི་བརྟེན་གྲོགས་ལ་མ་རུང་བ་བྱུང་
 བ་ཤོགས་སྐབས་དེའི་མུན་ནག་གི་སྤྱི་ཆོགས་ཡང་
 བདེར་ཐེར་འདོན་དང་སྦྱོན་མཛང་འབྲིན་པ་དང་
 ཚུམ་པ་པོའི་རྩྱུང་རྩྱུང་དུ་བཞུར་བའི་གདུང་སེམས་
 མཆོན་པ་བཅས་ཡིན་ནོ། །

མོད་སྒྲིང་འབར་བའི་མི་ཚའི་འགྲུལ་བཞུད།

(ཅེས་དཔོན་ལྷ་སྒྲུབ་པ་)

ནོར་བུང་སྒོ་བཟང་རྒྱ་མཚོ། རིག་གནས་ཀ་པ།

དང་པོ། ཅིན་སྒྲིབ་སྤྱོད་ཀྱི་ཆོག་པ།

ཅེས་དཔོན་ལྷ་སྒྲུབ་པ་དབང་ཕྱག་བདེ་ལུ་མཚོ་གནི།
 དེ་མེད་ཁ་བའི་རྩལ་མང་སྒོ་མཐོར་བཅུགས་པའི་ཀེ་
 ལ་ཤིང་ཤེལ་དཀར་ཕྱེང་བའི་མུ་བྱུང་འཛིན་པ། མེན་
 སྒྲིང་ས་ནོར་འཛིན་སྒྲིག་མོའི་ཐིག་ལེ། བཀྲ་ཤིས་དགེ་
 བའི་མཚན་མ་ཡོངས་སུ་འབར་བའི་སྒྲ་ལྷན་རྒྱལ་ས་
 དང་ཅེ་བའི་གནས། བོད་ཀྱི་རི་ཆེན་བཞིའི་ཡ་གྲུལ་
 ལྷགས་ཟམ་ཆུ་བོ་འའི་འདབས་རོལ། **ཆུ་བྱར་**
 རྫོང་ཁོངས་སུ་བཅོན་པོའི་སྒྲུབས་ཀྱི་ཁུ་ཤང་དང་།
 བཀྲིས་དཔེ་མེད་དགེ་འཕེལ་སྒྲ་ཁང་གཉིས་དང་སྒྲིགས་
 མཚུངས་སུ་གནས་ཤིང་། མི་རབས་ནས་གནམ་
 བསྐྱོས་དགའ་བ་བརྒྱ་ལྷན་གྱི་སྒྲིལ་སྒྲུབ་པ། ཡ་
 གཞིས་དང་བྲན་བྲིམ་མང་པོ་བདག་རྒྱུན་དུ་ཐོབ་པའི་
 མེར་དྲག་བཅོན། **སྤྱད་སྒྲེལ་**སྒྲུབ་པའི་རིགས་རྒྱུད་
 འཛིན་པ། ཡབ་སྐུ་ཕྱག་བཀྲིས་ཕུན་ཚོགས་དང་།
 ཡུམ་བསམ་གྲུབ་སྒྲོལ་མ་གཉིས་ཀྱི་རིགས་ཀྱི་ལྷ་གྱུར་
 མེན་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༠༦ ཟླ་བ་ ༡ ཚེས་ ༥ ཅིན་
 བདེ་བར་བཅས་ཤིང་། སྒྲུབས་དེར་བོད་ལ་དུས་
 འགྱུར་གྱི་ལོ་ལངས་སྒྲ་ཚོགས་འབྱུང་བཞིན་པ་རེད།
 ཡབ་ཡུམ་གཉིས་ལ་སྤྲས་སྒོས་དུག་ཡོད་པ་ལས།
 དང་པོ། ཆོས་མཛད་དགེ་སྤྱོད་ཐུབ་བརྟན་ལྷང་

རིགས་དེ་ལྷན་སྒྲུབ་ཆེད་འཕེན་པ་རྫོགས། **གཉིས་**
 པ། ལྷ་སྒྲུབ་པ་སྒྲོགས་ལ་དོན་གྲུབ་ནི་གཞུང་སའི་
 མདའ་དཔོན་གནང་ཁིང་། ང་དགྱའི་བེང་འབྲུག་
 སྒྲུབས་ནོར་སྤྱོད་བྱང་སྒྲིལ་སྤྱད་བྱ་གནང་གཤིས་རྒྱུད་
 བཅོན་དུ་མཐར་གཅོད་འོག་རྒྱུན་འདས་སོང་།
གསུམ་པ། བཅུན་མ་སྒོ་བཟང་སྒྲོལ་དཀར་ནིང་
 དགྱའི་བེང་འབྲུག་ནང་ཚུད་ནས་རིག་གསར་སྒྲུབས་
 འཐབ་འཛིང་མཐར་གཅོད་སྤྱང་དགོས་བྱུང་ཡང་
 མཐར་རྒྱ་གར་དུ་བདེ་འཁྱོར་བྱུང་ནས་འདི་ལོར་
 འདས། **བཞི་པ།** ཅེས་དཔོན་ལྷ་སྒྲུབ་པ་དབང་
 ཕྱག་བདེ་ལུ་མཚོ་འདི་ཉིད་དང་། **ལྷ་པ།** ཆང་བྲིམ་
 མཁན་རྒྱུང་ཐུབ་བརྟན་ཆོད་པལ་ནི་རྒྱུང་དུས་གཟིམ་
 བཀྲ་བཀྲས་ཁང་བྱུང་བའི་བསྐུལ་ནས་རྫོང་སུ་གཞུང་
 ཞབས་གནང་ཁིང་། ད་ཆ་དགྱང་ན་གྱི་དུག་ལ་སྤྱོན་
 ཁིང་བཞུགས་ཡོད། **དུག་པ།** ཐ་རྒྱུང་ཉ་མགན་
 དབང་འདུས་ནི་ཤངས་ནམ་སྤྱོད་བྲག་དཀར་དུ་མག་
 པར་སྤྱོན་པ་དེ་ལྷ་ནས་འདས།

ཅེས་དཔོན་དམ་པ་ཁོང་ནི་རྒྱུང་དུས་ནས་
 རིག་པ་བྱུང་ཁིང་ཤེས་སྤྱོད་གང་ཐད་ནས་གཞན་ལས་
 མད་དུ་བྱུང་བས། ཡབ་ཡུམ་གཉིས་ཀྱིས་མིག་
 འབྲས་བཞིན་གཅེས་པར་བསྐྱུངས་ཤིང་། དེ་ནས་

ནར་སོན་པ་ན་ལྷ་ཁྱེད་དར་པོ་སྒྲིང་སྒྲོབ་གྲུལ་ཡོངས་
སྤྱུགས་པའི་སྒྲིང་རས་སྒྲེར་གཉེར་སྒྲོབ་གྲུར་སྒྲོབ་
སྒྲོང་ལ་མངགས། སྒྲོབ་གྲུ་དེ་ནི་སོ་ནམ་ལས་ཁྲུངས་
ཀྱི་དྲུང་ཡིག་ནན་བདག་ལྷ་རྒྱན་ལགས་ཀྱིས་འཛིན་
སྒྲོང་གནང་བའི་སྒྲེར་གཉེར་སྒྲོབ་གྲུ་ཞིག་རེད། སྒྲིར་
སྒྲོབ་གྲུ་དེ་ནས་ལེགས་པ་གདག་ཀྱི་མངར་ཁ་གཞིབ་ནས་
གཞུང་ཞབས་མང་པོ་སྒྲིང་བསྐྱེད་སྤྱུང་ཡོད་ཅིང་། ཁོང་གི་

ཉིད་ཀྱང་སྒྲོབ་
གྲུ་དེར་ཀ་མད་
སུམ་ཙུ་ནས་
བཟུང་འབྲི་སྒྲོག་
དང་། སྒྲོར་
སྒྲོང་། སུམ་
རྒྱགས་དག་
གསུམ། ཅིས་



དེ་ནས་བྱམ་མོང་རིག་གནས་སྤྱི་དང་ཕྱེ་བཀ་སྒྲོན་ཤོན་
མས་པོའི་བྱང་རབས་ལ་བྱགས་གཅིགས་ཆེ་བས།
སྒྲོམ་པ་ཆུ་འདྲི་དྲུག་ལ་བས་གཙང་སྒྲོངས་བཀྲས་སྒྲོན་
དགོན་དུ་ཤོན་པ་དང་། དེར་ལྷ་རིག་སྒྲོ་བའི་དབང་
པོ་དཀའ་ཆེན་འགྱུར་མེད་རིན་པོ་ཆེ་དང་འབྲི་ལུང་
སྤུལ་སྒྲུ་རིན་པོ་ཆེ་ནམ་གཉིས་སྒྲོབ་དཔོན་དུ་བཞུགས་
ནས། སྒྲན་དག་དང་། སུམ་རྒྱགས་དག་གསུམ།

མདོན་བཟོད།
སྒྲུ་ཅིས། རྒྱལ་
རབས། ཆོས་
འབྱུང་བཅས་
ལ་ཐོས་བརྩོན་
དཔུས་ཕྱིན་པ་
མཛད་དེ་སྒྲུར་
དབུས་སུ་ཤོན།

རིག་སོགས་ལེགས་པར་བསྐྱབས་ནས་ཤེས་ཡོན་གྱི་
མང་གཞི་བརྟན་པོ་ཆུགས།

དེ་ནས་སྒྲོན་ལས་བཟང་པོས་རྒྱབ་ནས་དེད།
རང་བཞིན་གྱི་དད་འདུན་བཟང་པོས་མདུན་བསུས་
ནས། གདན་ས་སེར་རྒྱགས་པ་གྲུ་ཆང་དུ་ཆོས་
ཞུགས་ཀྱིས་ནང་པའི་གཞུང་ལུགས་ཁག་ལ་གསན་
བསམ་ལེགས་པར་བཀྲིས་གིང་། ལྷག་པར་སྒྲེར་
གཞིས་ཀྱི་གོ་བབ་ལ་གཞིགས་པའི་ཆོས་མཛད་ཀྱི་
མཚན་གནས་བཞེས་པར་ལྷ་སྒྲུབ་པའི་ཆོས་མཛད་
ཅིས་གྲགས།

པོད་ཀྱི་རིག་གནས་སྤྱི་དང་མས་པོའི་ཡིག་ཆང་སོགས་
དཔེ་དེབ་ཁོན་དང་འགྲོགས་ནས་ཐོས་བརྩོན་ཉམས་
ཞིབ་མཛད་ཅིང་།

ཡང་དུས་ཆོད་ནམ་བུང་ལ་ནོར་སྒྲིང་དུ་མདོ་
སྒྲུབ་པ་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཅིན་དགེ་བཤེས་རིན་
པོ་ཆེའི་དྲུང་དུ་བཅར་ནས་སྒྲན་དག་ལེའུ་གསུམ་ལ་
བསྐྱར་སྒྲོང་མཛད་པ་མ་ཟད། བར་བར་ལ་པོད་
ལུགས་གསེ་རིག་ལའང་སྒྲུངས་པ་མཛད་པར།
ལུགས་དེའི་མན་ངག་གང་ཅམ་བྱགས་སུ་སྒྲིང་ནས་
ཁོང་པོ་མས་ནད་པར་བརྟག་གཞིགས་མཛད་པ་དང་།

མིའི་ཡང་སྲིད་བརྟག་དཔུང་འབྲུལ་བུའང་ས་རྩེད་སྒྲ་།
 ཆོས་འཁོར་རྒྱལ་རྩེ་མོའི་སྒྲ་མཆོར་བརྟག་གཟིགས་ལ་
 བྱུང་སྐབས། ཆོས་དཔོན་དམ་པ་འདི་ཉིད་ཀྱང་བཀའ་
 བྱང་ལས་ཆབ་ཀྱི་མཆན་ཐོག་ནས་ཆེབས་ཞབས་སུ་
 བཅར་བའི་སྐལ་བཟང་ཐོབ་ཅིང་། ལམ་བར་དཔོན་
 གྲེ་ཆང་མར་ཆོས་འབུལ་སྒྲོན་པས་འཆམས་སྒྲུར་
 མང་དུ།

དགྲུང་ལོ་སྟོ་གཉིས་ཏེ་སྔ་ལོ་སྟུ་ལོ། ༡༩༣༩

ཡེར་རྒྱལ་ཚབ་རྩ་སྒྲིང་རིན་པོ་ཆེས་ཁོང་ཉིད་རག་གན་
གསེར་བརྩས་མིན་པར་རྣམ་པར་དག་པའི་སྲིད་ལྷ་
དང་། གཞན་འདྲིང་མི་འཛོག་པའི་འཛོན་ཐང་བཅས་
དངོས་གཟིགས་ཀྱིས། འཁྲར་འགན་ཚུ་བའི་གཞུང་
སའི་ཕྱིས་དཔོན་དུ་བསྐོས་གཞག་ཕྱག་རྟགས་གསོལ་
བསྐྱེལ་གནང་ནས་འགན་བབས་འཁྲར་མུས། ལྷ་པས་
དེར་གཞུང་སའི་ལས་དོན་གལ་འགངས་ཆེ་ཤོས་ནི་
ལ་རྒྱལ་བའི་ཡང་སྲིད་རིན་པོ་ཆེ་བརྩད་ཞིབ་ཀྱིས་
རྟགས་དོན་ངེས་རྟོག་ཅིག་གསེར་བྱིར་མང་འགསོལ་
ཞུ་རྒྱུ་དེ་ཡིན་ཞིང་། དམ་པ་འདི་ཉིད་ཀྱིས་ཀྱང་ལས་
ཚན་རྣམ་གངས་མང་པོའི་ནང་ནས། དོགས་ཆགས་
འོས་སྤུལ་གཞན་རྣམས་དང་མཚུངས་པར་གྲུ་ཕྱི་སྒྲིན་
གྲོལ་སྒྲིང་གི་གཏུང་གསེར་རིན་པོ་ཆེ་རྩ་ལྷན་དུ་གདན་
འདྲེན་རྒྱས་མཚོན་ཉེན་འགན་ཚུ་བའི་ལས་ཁྲར་མང་
པོ་བཞེས།

ཕྱི་ལོ་ ༡༩༣༩ ལོའི་ཟླ་ ༦ ཚེས་

༡༥ ཉིན་ཅེ་གཟིམ་ཁུང་བདེ་ལྡན་འབྱེད་དུ་བོད་ལྗོངས་

ཚེགས་འདུ་རྒྱས་འཛོམས་དབུས་རྒྱལ་སྐོན་པག་འ་
 བཤོས་ཀྱིས། མཚོ་རྫོང་རྒྱལ་འཛོར་སྤྱི་བར་འབྱུངས་
 པའི་བྱིབ་རྩ་མོ་དོན་གྱུབ་དེ་བཞིན་མེ་དོག་གང་ལ་
 ཐོག་པའི་རྩ་རྒྱལ་ ༧ ཟུག་ན་པད་མོའི་ཡང་སྤེད་
 འབྱུང་པའི་དྲིམས་མཁའ་ལོ་ཁ་པར་ཕེམ་ཕྱུག་དེས་པ་རྩེ་རྩུལ་
 དང་། ད་ཆ་ལམ་པར་རྒྱལ་ཁབ་དུ་ཆེ་བས་ཞལ་
 བརྒྱར་བཞིན་ཡོད་པའི་སྤྱི་བརྒྱལ་ས་སྤེལ་བ་དང་
 སྤྱིགས་མཚུངས། ཡོ་འདྲི་རྒྱལ་ ༩ ཆོས་

༥ ཉེན་བཀའ་རྒྱུ་པོ་མོ་ཤོད་པ་དང་དམ་པ་དེ་གཉིས་
 གཞུང་མའི་བཀའ་རྒྱ་ཀྱལ་ཚབ་གསུམ་གྱི་སྤྱོད་བཀའ་
 ཡང་སྤྱིད་གདན་ཞུར་བྲལ་དུ་ནག་ཆུར་མངགས་པ་
 ལྟར་ཐེབས། མོང་ཆའི་ ཆོས་ ༡༠ ཉེན་
 བཀའ་ཅིས་གཉིས་ཀྱིས་ནག་ཆུའི་ཐོན་པ་དགའ་བཞི་
 ཅུའར་ཡ ཆུང་སྤྱིད་རིན་པོ་ཆེ་ཡབ་ཡུམ་སྐུ་འཁོར་
 དང་བཅས་པ་རབ་དཀར་སྒྲུ་རྩལ་གྱིས་སྤྱན་བསུས་
 ཏེ། མཆོད་པ་སྐུ་གསུང་བྲགས་ཉེན་དང་བཟན་
 བཞགས་ཟབ་རྒྱས་ཤིག་ཡུལ་བའི་ཐོག་ ཀྱལ་བའི་
 ཡང་སྤྱིད་འབྲུལ་བྲལ་དུ་བྲགས་གདན་འཁེལ་བའི་
 ཀྱལ་ཚབ་དང་བཀའ་རྒྱ་གསུམ་གྱི་ཆོག་ཐོ་རྣམས་།
 མཐོང་སྤང་པོ་ཆེ་བདུང་པ་བཞིན་སྐུ་བསྐྱགས་གནང་
 བའི་མཛད་སྤོ་བསྐྱེད་ས་པ་དང་ལྟན་དུ་གང་སར་
 གདམ་སྤྱན་དར་འཕྱར་མཛད། ཅིས་དཔོན་དམ་
 པ་འདི་ཉིད་སྐུ་ཆོ་འདིར་ཡེལ་བཞིན་གྱི་ནོར་བུ་ཆུང་
 སྤྱིད་རིན་པོ་ཆེའི་མཚན་དཔེ་འཇུག་ཞལ་སྤྱིད་ན་རྟེན་
 དཀའ་བ་འདི་མཛལ་བའི་སྐལ་བ་ཐོག་མ་ཐོབ།

སྐབས་དེར་སྐྱེ་བའི་པུ་མོ་ལ་འཕྲུལ་བའི་གསལ་བ་སྐྱེ་བའི་
 མཛད་འཕྲུལ་ལ་དང་པ་ཐོབ་པའི་སྐྱེ་བའི་པུ་མོ་
 འདུག་པའི་པུ་མོ་དེར་པར་ལྷ་སྐྱེ་འཕྲུལ་མཛད་གསལ་
 དམ་སྐྱེ་བའི་པུ་མོ་དེར་པར་ལྷ་སྐྱེ་འཕྲུལ་མཛད་
 དགུང་ལོ་མོ་གསལ་སྐྱེ་བའི་པུ་མོ་ལ་འཕྲུལ་བའི་པུ་མོ་
 ༡༩༩༠ ལོའི་ཟླ་བ་ ༡ ཚེས་ ༡༡ ཉིན།
 ལ་མཆོག་སྐྱེ་བའི་པུ་མོ་ལོང་བའི་པུ་མོ་ལོང་བའི་
 གྲུ་འཛིན་གཉིས་པའི་གཞུང་མཛད་པའི་ཚེ་ལོང་མོ་
 འཛིན་གསལ་གཞི་དཔང་པོ་བཟུང་གིས་བཞུགས་
 པའི་གསལ་གྱི་ཁྲི་འཕྲུལ་མཛད་པའི་མཛད་པའི་གསལ་
 མཛད་སྐྱེ་བའི་པུ་མོ་བཟང་གི་ཉིན་མོར། དམ་པ་འདི་
 ཉིད་ཅིས་དཔོན་གྱི་མཆོན་ཐོག་ནས་རིན་ཆེན་རྒྱན་ཆ་
 བའི་ཁོངས་སྐྱེ་བའི་པུ་མོ་ལ་མཛད་པའི་མཛད་
 སྐྱེ་བའི་པུ་མོ་ལ་མཛད་པའི་གསལ་གཞི་དཔང་པོ་

དགུང་ལོ་མོ་དགུང་ལོ་དེར་བཟུང་གིས་བཟུང་གིས་

ལོ་ ༡༩༩༥ ལོར་ལོངས་སྐྱེ་བའི་པུ་མོ་སྐྱེ་བའི་
 དོན་རྒྱུ་ཞེས་དགུང་ལོ་དེར་བཟུང་གིས་བཟུང་གིས་
 བཟུང་གིས་བཟུང་གིས་བཟུང་གིས་བཟུང་གིས་
 ལོངས་སྐྱེ་བའི་པུ་མོ་ལ་མཛད་པའི་མཛད་པའི་གསལ་
 མཛད་པའི་མཛད་པའི་གསལ་མཛད་པའི་མཛད་པའི་གསལ་
 མཛད་པའི་མཛད་པའི་གསལ་མཛད་པའི་མཛད་པའི་གསལ་
 མཛད་པའི་མཛད་པའི་གསལ་མཛད་པའི་མཛད་པའི་གསལ་
 མཛད་པའི་མཛད་པའི་གསལ་མཛད་པའི་མཛད་པའི་གསལ་
 མཛད་པའི་མཛད་པའི་གསལ་མཛད་པའི་མཛད་པའི་གསལ་
 མཛད་པའི་མཛད་པའི་གསལ་མཛད་པའི་མཛད་པའི་གསལ་
 མཛད་པའི་མཛད་པའི་གསལ་མཛད་པའི་མཛད་པའི་གསལ་

འཕྲུལ་པའི་པུ་མོ་ལ་མཛད་པའི་མཛད་པའི་གསལ་
 མཛད་པའི་མཛད་པའི་གསལ་མཛད་པའི་མཛད་པའི་གསལ་

དགུང་ལོ་མོ་དགུང་ལོ་དེར་བཟུང་གིས་བཟུང་གིས་

༡༩༩༦ ཟླ་བ་དང་པོའི་ནང་དམ་པ་འདི་ཉིད་དང་ནང་
 མོ་བཟུང་གིས་བཟུང་གིས་བཟུང་གིས་བཟུང་གིས་
 མོ་བཟུང་གིས་བཟུང་གིས་བཟུང་གིས་བཟུང་གིས་
 མོ་བཟུང་གིས་བཟུང་གིས་བཟུང་གིས་བཟུང་གིས་
 མོ་བཟུང་གིས་བཟུང་གིས་བཟུང་གིས་བཟུང་གིས་
 མོ་བཟུང་གིས་བཟུང་གིས་བཟུང་གིས་བཟུང་གིས་
 མོ་བཟུང་གིས་བཟུང་གིས་བཟུང་གིས་བཟུང་གིས་
 མོ་བཟུང་གིས་བཟུང་གིས་བཟུང་གིས་བཟུང་གིས་
 མོ་བཟུང་གིས་བཟུང་གིས་བཟུང་གིས་བཟུང་གིས་
 མོ་བཟུང་གིས་བཟུང་གིས་བཟུང་གིས་བཟུང་གིས་
 མོ་བཟུང་གིས་བཟུང་གིས་བཟུང་གིས་བཟུང་གིས་
 མོ་བཟུང་གིས་བཟུང་གིས་བཟུང་གིས་བཟུང་གིས་
 མོ་བཟུང་གིས་བཟུང་གིས་བཟུང་གིས་བཟུང་གིས་
 མོ་བཟུང་གིས་བཟུང་གིས་བཟུང་གིས་བཟུང་གིས་
 མོ་བཟུང་གིས་བཟུང་གིས་བཟུང་གིས་བཟུང་གིས་
 མོ་བཟུང་གིས་བཟུང་གིས་བཟུང་གིས་བཟུང་གིས་

དཔོན་འདི་ཉིད་ཀྱི་དབུ་ཁྲིད་འོག་ཡག་རི་ཤོ་བཤེར་དོ་
 དམ་པ་བཀྲས་ཁང་མཁན་ཁྱེད་ཐུབ་བརྟན་ཆོད་པ་ལ་
 དང་། རིམ་བཞི་སྒྲིམ་མཉམ་ཡུལ་ལེལ་། སྐད་
 སྒྱུར་བ་བྱུར་ཁང་སྤུས་ལྟ་དབང་སྒྲོལ་སྒྱུ་ལ་བཅས་
 ཆོང་དོན་སྒྲུ་ཆབ་ཀྱི་མཆན་ཐོག་ནས་ཀྱ་གར་དང་།
 ཀྱ་ནག་ ཡ་ཟི། དབྱི་ཇི་སོགས་ཀྱུ་ལ་ཁབ་བརྒྱད་
 ཅམ་ལ་དངོས་སུ་བསྟོད། ལམ་བར་ཀྱ་གར་དུ་ཆོང་
 དོན་གྱིས་མོལ་སྐབས་ནི་རུ་དང་དོ་མཇུག་ལུང་ཁིང་
 ། དེ་དུས་ནི་རུས་ཀྱ་གར་རང་བཅོན་གསར་པར་
 བརྟན་འཕགས་པོད་བར་ལ་ཆེང་ས་ཡིག་གསར་པ་
 ཞིག་འཛོག་གལ་ཆེ་ཚུལ་གྱིས་ལམ་སྟོན་གནང་བར།
 ཅིས་དཔོན་ཉིད་ཀྱི་བྱགས་ལ་ཤིན་ཏུ་འཐད་ནས་ཕུལ་
 དུ་བཀའ་ཤག་ལ་དེ་དོན་གསང་ཏར་སྟན་ཞུ་ཕུལ་ཡང་
 ། གཞུང་ས་ནས་དེར་བདག་སྟོད་དོན་སྟོན་མ་བྱུང་།
 དེ་དུས་ཀྱ་གར་སྟེང་དུས་ལ་ཀྱ་མིའི་བྱགས་ཀྱི་ན་
 རྒྱུས་ཀྱི་རྒྱུར་མོང་ཆེང་ས་མོལ་བྱུང་ན་ཕྱིས་སུ་ཡན་དག་
 ཆེ་བར་སྟུམ། ཉིན་གསུམ་ནས་ཀྱ་གར་རང་བཅོན་
 ཀྱི་སྟེང་ཁྲིད་རྒྱུས་ཆེན་གྱི་མེས་པོ་དམ་པ་མདྲ་ལྟ་རྟེན་
 མཆོག་གིས་མཇུག་པ་ཆེད་མཇུག་པ་ཕྱེད་གནང་བ་མ་
 ཟད། དོན་སྟོན་རྟེན་པའི་བཀའ་མཆོང་མང་པོ་བསྟུལ་
 ཁྲིའི་རྟེན་རྟེན་མཇུག་པ་ཕྱེད་མཁན་གྱི་བོད་ཀྱི་དཔོན་
 རིགས་ཉུང་ཤས་བྱུང་བ་ལས་གཅིག་ཡིན་ཁིང་།
 མཐའ་མཁའ་ཡིན་པར་སྟུམ།

སྟེན་པའི་ཀྱ་གར་ནས་དོག་ཐོན་གྱིས་སྐབས་དེའི་ཁྱེད་

ཉིན་ལ་ཀྱ་གར་ནས་དོག་ཐོན་གྱིས་སྐབས་དེའི་ཁྱེད་

ཀྱུ་ལ་ས་ནན་ཅིང་དུ་བདེ་འཕྱོར་བྱུང་། དེར་ཁྱེད་
 མཐོ་རིམ་དཔོན་རིགས་མང་པོ་དང་མཇུག་ཕྱུང་
 ཁིང་། དེ་དག་གིས་དདུལ་དངོས་སོགས་ཀྱིས་ཐབས་
 སྒྲུ་བྱུང་དེ་གཡོ་བྱུང་ལྟར་བྱས་ཀྱང་། གང་ཉིད་
 ཀྱིས་ཆབ་སྟོད་ཀྱི་འཆོར་བ་ཀྱི་དོན་སྟོན་སྒྲོ་བརྟན་
 འགྱུར་མེད་ཀྱིས་ཀྱུ་ལ་ཁབ་ཀྱི་ཅ་དོན་མཐའ་འཁྱོངས་
 གནང་ཡོད། ཡང་སྐབས་དེར་བཀྲས་སྟན་ནང་སྐད་
 གི་ལས་འཛོན་གཅི་བོ་དྲ་ནག་ཅེས་འཛིགས་མེད་
 སོགས་དཔོན་རིགས་གསུམ་གྱིས། དོན་དངོས་དང་
 མཐུན་པའི་ཆ་ཀྱི་དོན་ཆོན་གསུམ་བཏོན་ནས་དེ་
 ཞལ་བཞེས་བྱུང་ན་འཁོར་མེད་ཉི་མ་སྟོན་བུལ་བཞིན།
 རང་ཡུལ་ལ་སྒྲོ་བྱགས་ཏེ་ཡོག་ཀྱི་ལས་བསམ་པ་
 གཞན་གང་ཡང་མེད་ཚུལ་བཞིན་པར། ཅིས་དཔོན་
 ཉིད་ཀྱི་བྱགས་དགོངས་སུ་ཁྲིའི་ཆ་ཀྱི་ན་མས་
 མ་འཆོམས་པ་མེད་ཅིང་གོ་སྐབས་བཟང་པོ་ཞིག་ཡིན་
 པར་དགོངས་ནས། ཁྲིའི་ཆོར་ལམ་སྟོན་གཞིན་སྟུལ་
 དང་། བོད་གཞུང་ལ་གཟིགས་ཚུལ་རྣམས་ཟླ་མེད་
 དང་པོར་ཞུ་སྟོན་སྟོག་འཕྲིན་ཐོག་ཕུལ་ཏེ་བྱགས་རེ་
 ཆེན་པོ་མཇུག་ཀྱང་། གཞུང་སའི་ཞབས་འབྲིང་པ་
 འགའ་ཕྱགས་འཐེན་ནད་ཀྱིས་ཡུན་རིང་བྱིན་པས་དོན་
 འབྲས་ནམ་མཁའི་པད་མོའི་གྲོགས་སུ་གྱུར།

སྟེན་པའི་ཀྱ་གར་ནས་དོག་ཐོན་གྱིས་སྐབས་དེའི་ཁྱེད་

ཉིན་ ཉིན། ཀྱ་ནག་ནས་དོང་ཀོང་བརྒྱད་སྟོབས་
 ཆེན་ཡ་རིར་ཕེབས་ཤིང་། དེར་ཀྱ་མིས་མེད་གཤའ་
 ཞེ་འཛོན་གྱི་མཐོང་ཁྱེད་དང་འགོག་ཀྱི་སྒྲུ་ཆོགས་

ཕྱད་ཀྱང་། དེ་དག་ཐལ་པའི་རྩལ་དུ་བརྒྱལ་ནས།
སྤྱི་དེའི་དཔོན་རིགས་ཆེ་ཆུང་མང་པོས་བཙོས་མིན་
དགའ་བསུའི་འོག་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ཐོག་བཤེས་ཐུང་དང་།
གསེར་རྩལ་གཞིགས་སོགས་ཆོད་དོན་གྱི་བྱ་བ་རྣམས་
འཆར་གཞི་བཞིན་བདེ་སྒྲགས་དང་གྲུབ་པ་མ་ཟད། སོ་
ནམ་ཆོད་ཉེ་ཤེས་བྱའི་ལག་དེབ་དང་། དུགས་རིགས་
གསོ་ཆགས། ནད་འགོག་གི་སྒྲན་སོགས་ཀྱི་ཤེས་
བྱ་མང་པོར་དཔལ་དུ་བརྒྱུམས་པར་མཛད། ལྷག་
པར་སྤྱི་དེར་བོད་པའི་གནས་སྡངས་དོན་དངོས་ཤེས་
མཁན་དཀོན་ཅིང་། འགའ་ཤས་ཀྱིས་བོད་ལ་
སྟོན་འབྲས་དང་། སྤྱི་དངོས། ཁང་པ་སོགས་ཡོད་
མེད་འདྲི་བ་དང་། ལོ་རྒྱུས་ལ་ཉམས་ཅན་མང་པོས་
ཀྱང་དབྱེན་གཉིས་ཀྱིས་ཡུན་རིང་བདེ་མེད་རྩན་བཟོའི་
དྲིལ་བསྐྱགས་ལ་ཆ་འཛིན་གྱིས། བོད་འདི་ཀྱང་དབྱེན་
གང་རུང་གི་ཁོངས་ཡིན་ཀྱང་བྱེད་པའི་གནད་སྡངས་
ལ་དང་དགོས་པ་དེར། སའི་གོ་ལའི་བྱང་སྤྱིར་དུ་བོད་
མི་སྤྱོད་པ་པའི་ཐོག་མ་ཡིན་པ་ཅིས་དཔོན་དམ་པ་ཁོང་
དང་། དུག་རིགས་རྣམས་ཀྱིས་བོད་གནས་དོ་མ་
གསར་ལམ་ཁག་ནས་གསལ་བཤད་དང་། དྲིལ་
བསྐྱགས་ཀྱིས་ཕྱོགས་དེའི་སྤྱི་བོའི་ཡིད་ལ་དོ་མཆར་
སྤྱིན་པ་མ་ཟད། བོད་དོན་བདེན་པའི་དག་འབྲུད་
ཀྱིས་ཀྱང་དབྱེན་གྱི་རྩན་རྒྱུ་མཐེལ་བཞིན་ཏེ། བོད་
ཀྱི་སྤྱི་བརྒྱུན་དོ་མཚན་སྤྱིར་པའི་འདྲན་བྱེད་དུ་འཆར་
བའོ་རྒྱུས་ཐོག་དང་པོ་ཡིན། མདོར་ན་ཐེངས་འདིའི་
སྤྱི་ཆབ་རྣམས་ཀྱི་གཞིགས་སྤྱོད་དེ་ལོ་རྒྱུས་ནང་སྤར་

མེད་གོམ་ཞིང་ཆེན་པོ་ཞིག་མཛུན་སྤོས་བྱས་པ་ཞིག་
ཡིན། ཁོང་དང་ལས་རིགས་རྣམས་ཀྱི་ཁོང་འཛུམ་
ཞལ་དོམས་བཞིན་རང་ཡུལ་དུ་སྤྱིར་ལོག་གནད་སྟེ།
ད་ཐེངས་ཀྱི་ཆོད་དོན་དང་། ཆབ་སྲིད་ཀྱི་དོན་ཕན་
ཅན་གྱི་བསམ་འཆར་ཆོག་ཐོབ་དོན་རྒྱུ་སྤྱོད་ཆོགས་འདྲ་
ཀྱིས་འཛོམས་སར་ཡུལ་ཡང་། སྤྱོད་པའི་ཆེར་ལ་
མངར་སྤྱིར་ཀྱི་ཆོར་བཙམ་ཡང་བྱུང་མེད་ལ། འཆི་
ཁོང་སྤྱི་སྒྲན་ཐུན་གཅིག་སྟེ་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་དགོངས་རྒྱུ་སྤྱི་
ཅན་གྱི་ཆར་གཞི་ཁག་དོན་འཁྲུལ་བྱུག་བཞེས་མ་
བརྒྱར་བ་སྤོ་ཕམ་ཆེ་གསུངས།

ས་སྐྱེ་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༥༩ ཟླ་༡༠

ནང་ཀྱང་མར་གྱིས་བོད་ཀྱི་ཁོངས་ཡིན་ཚུལ་དང་།
རིང་མིན་བཅིངས་བཀོལ་གཏོང་ཀྱི་ཡིན་ཚུལ་གྱི་
ཁྱུངས་མེད་འཛིགས་སྤྱི་ལོ་སྤྱི་ལོ་ཆོག་རྒྱུད་འཕྲིན་
ཐོག་ནས་བསྐྱགས་པར། སྤྱི་སྤྱིར་དང་བཀའ་
སྤྱོད་སོགས་མཐོ་རིམ་པ་རྣམས་དེ་ལེག་ཆ་པོའི་སྤྱིར་
གི་གྲོག་མ་བཞིན་མི་ལམ་སྤྱི་དཔོན་གཉིད་ལས་
བསྐྱུངས། ཅིས་དཔོན་ཉིད་ཉིད་གཞུང་གི་
དབུ་འོག་དཔུང་འདེགས་གནང་མཁན་དཔལ་
མཛད་ས་མཁྱེན་རྒྱུ་ཅན་ཅན་ཞིག་ཡིན་པས། ཀྱང་
བོད་བཀའ་མོལ་གནང་བར་འགྲོ་མེ་འོས་པ་སྤྱི་ལོ་
ལུང་དོན་ཡིན་ཚུལ་གྱིས། དམ་པ་འདི་ཉིད་དང་ཅི་
དུག་མཁན་རྒྱུད་བྱུབ་བརྒྱུན་ཀྱི་ལོ་སོགས་མངགས་
གཏོང་བྱས་པ་བཞིན་ཐེབས།

ཕྱགས་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༥༠ ཟླ་ ༡
ཆེས་ ༥ ཉིན་ལ་བཀའ་སྤྱད་ཏུ་འབྱོར། ཁོང་
ནམས་ཀྱི་ཐེངས་འདིའི་ལས་འགན་ནི་ཀྱུ་དཀར་ནག་
གཉིས་ལ་བརྟུན་དགོས་ལ། བོད་འཆི་གསེན་ལ་
རག་ལས་པས། དཀའ་ཆོག་ས་ཆེ་ལ། འཕྲར་ཆུ་
བ། ཉིན་ཁའི་རང་བཞིན་ལྡན་ཡོད་པས་མཐོ་རིམ་
སྤྱོད་མང་པོས་གལ་ཆེའི་དོན་དེར་གཡོ་བོལ་དང་།
ཕར་འབྲུད་ཚུར་འགལ་བྱས་ཡོད། ལྷག་དེར་ཁོང་
ཆོར་མཇུག་དཀའ་ཆེ་གོས་ནི། ཟིན་ན་ལག་པ་
འཆོག་བཏང་ན་རྩ་མ་ཆག་པའི་དཔེ་ལྟར། གཞུང་
ཕྱོགས་ནས་བོད་རང་བཅན་ད་ལྟས་བཞིན་གནས་
ཐབས་དང་། རྒྱ་བོད་སྐད་བཞིན་ཆོས་འབྲེལ་ཡོང་
ཐབས་ཀྱི་སྒྲུབ་གཞི་གཉིས་སྤྱད་ཡོད་ཀྱང་། གྲུང་ཁྱེད་
ཀྱིས་སྒྲུབ་གཞི་དེ་གཉིས་ཀ་ཁས་ཁེལ་པས། ཐེངས་
འདིར་རྒྱ་བོད་ཞི་མོལ་བྱེད་པར་མང་གཞི་རྩ་བ་ནས་
མེད་པ་དེ་རེད། འོན་ཀྱང་གང་ཐུབ་ཅི་ཐུབ་ཀྱིས་སྤྱིད་
སྒྲུབ་ཞེ་རུ་སྤྲོས་ཀྱི་གཞི་དོན་རིགས་ལས་ལམ་སྟོན་
ལུས་ཤིང་། ཕྱོགས་གཅིག་ནས་རྒྱ་མིའི་དོན་གཅོད་
པ་དང་ཐུག་འཕྲད་ཀྱིས་བཀའ་མཁའ་འགོ་བཙུགས་
ནས་འཇམ་མཁའ་ཀྱིས་ཡན་ཚུན་སྤྲུངས་བཤད་སྒྲུབ་
ཅོད་བྱས་པ་མ་ཟད། ཕྱོགས་གཞན་ནས་བོད་གཞུང་
ལ། རྒྱའི་ལངས་ཕྱོགས་དང་། རང་ཉིད་ཀྱི་
གཞུགས་ཚུལ་བཅས་དུས་བབ་དང་མཐུན་ལ། དོན་
སྤྱོད་ལྡན་པའི་དགོངས་འཆར་སྤྱི་འཆི་ཁའི་སྤྱོད་ཐུན་
གཉིས་པ་དེ་ཡུལ་ཡང་། ལྷ་ལྡན་གཞུང་ས་ནས་འཆི་

གསེན་ལ་གཏུགས་པའི་གལ་ཆེའི་དོན་དག་ལྟ་སྤྱང་
ཀྱིས་ཅི་གསུང་ལ་ཐག་གཅོད་བྱས་པར་བརྟེན། ཟླ་
ལྔའི་སྐད་ཅིག་གི་བརྟག་ཕྱང་དེ་སྤྱད་བཅའ་བཅན་པས།
དམ་པ་དེས་ཡུན་རིང་རལ་བ་བརྒྱ་ཕྱག་དང་དུ་སྒྲུངས་
ནས་ཐབས་དང་རིགས་པས་མེར་ཆོག་མེར་གཏུགས་
ཀྱིས་གྲུབ་པའི་སྤྱོད་ཐུན་དེ་ཡན་མེད་དུ་གྱུར། དེའི་
འབྲས་བུར་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༥༠ ཟླ་ ༡༠ ཆེས་ ༥
ཉིན་རྒྱའི་དྲག་པོའི་བཅན་བཟུང་དང་། དེ་འབྲེལ་
འདྲ་མཉམ་མེད་པའི་གྲོས་མཐུན་ནག་པོ་དགུ་བཅེགས་
དེ་འཛོག་དགོས་བྱུང་།

དགྲུང་ལོ་ཞི་བཞིར་བྱོན་པ་སྤྱི་ལོ་

༡༩༥༠ཟླ་ ༡༡ ཆེས་ ༡༩ ཉིན་སྤྱིད་ཆབ་རྒྱལ་
གཉིས་བསྐྱོ་བཞག་གནང་ནས། ཡུལ་ས་ལྷ་ཐབས་
མགོན་ཆེན་པོ་ཉིན་གཡོལ་དུ་གྲོ་མོར་ཆེབས་ཞལ་
བསྐྱར་ཞིང་། ཅིས་དཔོན་འོ་ལས་ཀ་སྤྱད་ཀྱིས་
ལུས་ལ་གྲོ་མོར་བཅར་དགོས་བཀའ་རྒྱ་ཅི་ཐེབས་
བཞིན་བཅར་སྐབས་ལམ་བར་ན་ཐོས་ལ་རྒྱབ་དུ།
བཞོན་པའི་ཀྱིས་འབྲུད་འཐེབས་ཏེ་བྲག་དོལ་ཞེད་པ་
བཅའ་སྤྱོད་ཀྱིས་བརྟུན་མནར་གིན་དུ་ཆུ་ཡང་། ལྷ་
ཆབ་རྒྱལ་ཀྱིས་བགོ་སྐལ་ནི་ད་ཐེངས་དོན་གནད་
རྒྱལ་ཁྲེལ་ཐབས་རྒྱལ་སྤྱོད་ལ་སྟན་གསེང་ལྟ་རྒྱལ་ལ་
ཆེར་དགོངས་ནས། གམ་གཡོག་གཉིས་ཀྱི་སྤྱོད་
བཞིན་པར་གྲོ་སྤྱི་ཁང་དུ་ཡུལ་ས་མཆོག་དཔུ་
བཞགས་སྟན་འཛོམས་སར། ལྷ་ཕྱིའི་བྱང་རྒྱུ་ཆང་
མ་འཛོམས་ཟོན་སྤངས་ཏེ་ཞིབ་སྒྲོམ་ལུས་གནང་

བར། དེ་དུས་རྩ་ཙམ་སྒྲུལ་དང་། ལྷག་ཙམ་སྒྲུལ་
སྒྲུལ་འདོན་མེ་ལང་རེ་བྱུང་བུ་གསུངས་པར་གཞིགས་
ན་སྐབས་དེར་སྒྲུང་ལ་ཅུང་ཟད་ཕྱད་མེད་དམ་སྒྲུལ།

དགའ་ལོ་ཞི་བརྒྱད་བཞེས་པ་ཤིང་

ན་སྒྲི་ལོ་ ༡༧༥༩ ལོར་ཅིས་དཔོན་དེ་ཉིད་དང་།
སྒྲིའི་གཅེན་པོ་ཁྱེད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུ་ལྟར་ཆོང་དོན་སྤོང་པ་མ་ཁན་
ཆུང་སྒྲོ་བཟང་ཆུལ་མཆོན་གསུམ་ནས་མ་སྒྲུལ་དང་
མངས་ཀྱིས་ཀ་སྒྲུག་པོད་ཀྱི་བདེ་དོན་ལྷན་ཆོག་མཁའ་ཞེས་
པ་དངོས་སུ་བཅུགས་གནང་མཛད་ཅིང་། དེ་ནི་ལོ་
རྒྱུས་ཐོག་རང་དབང་མང་གཅོའི་ཡུལ་དུ་བོད་རང་
དབང་གི་སྤངས་གཞུང་འབྲེལ་མིན་པའི་ཆབ་སྲིད་ཙམ་
འཇུགས་ཐོག་མ་དེ་ཡིན་ཞིང་། དེའི་དགོས་དམིགས་
གཅོའི་མི་བོད་ཀྱི་བརྒྱན་པ་དང་། ཆབ་སྲིད་སྤྱི་བོད་
དང་། ཡ་ཆུལ་པའི་སྒྲུ་ཆར་ཉེན་ཐོན་རྩ་སྒྲུལ། བོད་
དོན་ཆུལ་སྤྱིར་འབྲེལ་སྤེལ་བྱ་རྒྱུ་སྤེལ་ཡིན་པ་རེད།
རྒྱུ་སྤྱི་བོད་ཀྱི་འཕུལ་ལ་འཕུར་རྒྱ་དང་གཉེན་ལ་དོམས་རྒྱུའི་
ཙམ་འཇུགས་གལ་ཆེན་ཞིག་ཏུ་གྱུར་སྐབས། བོད་ནས་
གཞུང་མེས་སྐུ་དག་པ་མང་པོས་ཁོང་རྣམས་ལ་ཆུབ་
སྤྱིར་ཆེད་ཅེ་དུང་གསུམ་སྤོགས་མངགས་ནས་ཆོལ་
གསུམ་ཆིག་སྒྲིལ་གྱི་ཆོག་པ་ཞིག་ཏུ་གྱུར། ཡུལ་
དུས་ལ་གཞིགས་ནས་ཁོ་ཆོས་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་འགན་འཁུར་
ཕྱག་ཏུ་མངས་ནས་སྐབས་དེའི་དགོས་དོན་རྒྱུ་ཆེད་ཅིག་
བསྐྱབས་ཡོད།

མེ་སྒྲེལ་སྒྲི་ལོ་ ༡༧༥༦ ཟླ་ ༡༡

ཆོས་ ༡ ཉེན་ལ་ཅིས་དཔོན་དམ་པ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་

དུས་ཀ་སྒྲུག་བདེ་ལྷན་གྱི་འབྲུས་མིས་ཞི་ལོར་ཡོག་
ས་མཆོག་དང་བཀའ་ཤག་ལྷན་རྒྱས་སར་བཅར་ཏེ།
སྤྱི་ལྷན་ལ་ཕྱེད་དུ་ཁྱེད་ཀྱི་འགན་འཁུར་སྒྲུལ་ལོག་
བཞག་པའི་གྲོས་མཐུན་ལ་ལེགས་བཅོས་དང་། མདོ་
སྤྱི་ལྷན་ལ་དག་པོའི་བཅོས་སྒྲུར་འཆམས་འཛོག་ཡོད་
པའི་བཀའ་འཁོལ་ཆུ་གར་ས་ཐོག་རང་ལ་གནང་ན་རྩ་
རབ་དང་། དེ་མིན་ཡོག་ས་མཆོག་ཆུ་གར་ས་ཐོག་
རང་ལ་སྒྲུབ་ཞུགས་གནང་ན་ལེགས་ཆུལ་སྤོགས་སྤེལ་
ཕྱགས་བརྒྱན་དོན་ལ་སྤྱི་ལྷན་པའི་སྤོང་པོ་ཅན་གྱི་གསོལ་
འདེབས་མང་པོ་ཞུས་ཡོད།

སྤྱི་ཆབ་སྒྲུ་ཁང་པ་དང་། དམ་པ་དེ་ཉིད་སྤོགས་
ཀ་སྒྲུག་བདེ་དོན་ཆོག་མཁའ་རྣམས་ཀྱིས་དུས་དང་
རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ། སྒྲོ་བརྒྱན་འགྱུར་མེད་ཀྱིས་གྲུང་ཁན་
གྱི་བཅན་པོའི་དབང་བསྐྱར་ལ་མ་དུང་ཅེ་ཁྱེད་ཀྱིས་
འཐབ་ཅོད་གནང་སྐབས་པ་རོལ་པོར་མི་བཟོད་པའི་
ཟུག་རྩ་དག་པོ་ལྡང་སྟེ།

ས་སྤྱི་སྒྲི་ལོ་ ༡༧༥༤

ལོར་ཆུ་དམར་ནས་བཀའ་ཤག་ལ་སྒྲུ་ཁང་པ་དང་།
གཅེན་མཁན་ཅིས་གསུམ་སྤོགས་བོད་མི་ཆུལ་གཞིན་
སྤོང་སྤོངས་ཅན་དགའི་མཆོན་གཞུང་སར་སྤེལ་ཏེ།
ཁོང་རྣམས་བོད་མིའི་སྤྱི་ལྷན་ལས་ཕུང་དགོས་པའི་
སྤྱི་ལྷན་གཅོར་བཅན་ཤད་ཆེན་པོ་ཞུས་སྐབས་བཀའ་ཤག་
ནས་མི་འདོད་བཞིན་དུ་དེ་དོན་མི་བསྐྱབ་ཐབས་མེད་
བྱུང་།

དགའ་ལོ་དགས་མ་ཕྱིན་པ་ས་པག་སྒྲི་

ལོ་ ༡༧༥༧ ཟླ་བ་གསུམ་པའི་ནང་ལོ་རྒྱུས་ཐོག་

དུས་འགྱུར་གྱི་ཡོད་པ་ཆེ་ཤོས་དེ་བྱུང་ཞིང་། ཡག་པོ་
 ས་བཅུ་བཞི་པ་ཆེན་པོ་རྣམས་ལོ་ལྷན་ཆུས་འཛིག་ས་
 རུང་གཤིན་རྗེ་ལོ་ལྷན་ཐུང་ཏེ། རིམ་བཞིན་
 འཕགས་ཡུལ་དུ་ཞབས་སེར་བཀྲིས་དགེ་མཆན་
 མཛོན་པར་བཀོད་ཆོ། དམ་པ་འདི་ཉིད་ཀྱིས་གཙོས་
 ཀུའུ་པོ་དེ་མེ་མཆོས་ཀྱི་རི་གྲོ་རིམ་ཞུས་པ་དུ་
 བཅར་རྗེས། མགོན་པོ་གང་གིས་ཀྱང་སྐུ་གཤེད་
 དོན་གྱི་ཆོག་སེམས་ཆེད་མཆེད་དུ་བཀའ་སྤྱོད་གནང་
 རྒྱུ་ཆོག་སེམས་འདུ་ཞིག་བསྐྱུང་སྟེ། དེ་རྗེས་ཡག་པོ་ས་
 མཆོག་གི་བཀའ་དཔོན་ས་བཞིན། ཀུའུ་པོ་དེ་ཆོག་སེམས་
 མཐུག་གིས་ཞུས། སྤྱི་ཆོན་ལྷ་ཁང་པ་མཆོག་དང་
 ། བཀའ་རྒྱུ་གཤེད་ཀྱིས་ཞུས། དམ་པ་འདི་གིས་གཙོས་
 དེ་ལྟུང་གཤེད་ཞབས་ཆེད་མེ་མཆོས་ཀྱི་རིམ་བཅར་ཏེ།
 རྒྱུ་ཆོན་ཆེད་མེ་མཆོས་ཀྱི་རྒྱ་ཆོན་ཞུས་དང་
 ། དེ་ཆེད་ཆོད་ཀྱང་སྐུ་ཆུང་ཆུང་གསུང་དེ་མེད་པར་
 བཅོས་ཏེ་དེ་ནས་བཟུང་ཡག་པོ་ས་ཆེན་པོ་འདུ་ཞིད་
 འོག་ཞབས་ཞུ་བསྐྱུ་བ་རྒྱ་དང་། དེ་རྗེས་ཀྱང་མེད་
 གཤེད་མཛོད་སྐུ་ཁོངས་ནས། གསེར་དུལ་དང་
 ། སྐར་མོ་འབྲས་ཆེད་ས་སྐར་ཏོག་ཏུ་བཅོལ་འཛིག་
 མཛོད་པ་རྣམས་ཀྱང་། དེ་ཐེངས་གཅིན་མཁའ་ཆེས་
 གསུམ་གྱིས་ཉམས་མེད་གངས་ཆེད་ཆེས་བཞེས་
 ཐུགས་རྗེ་ཆེ་བ་སོགས་ཀྱིས་སྤྲོ་སེང་ཞུས་ཏེ་ཐུལ་
 དུལ་རྣམས་རྗེས་སུ་ཀྱི་ལོ་ལྷན་པོར་འཛིན་གནང་
 ཡོད་འདུག

སྐུ་ལོ་ ༡༧༥༧ ཟླ་བཞི་པ་ཙམ་ལ་བཅན་

ཏུ་ལྱུ་སྐུ་ཆེད་དོན་གཙོད་ལས་ཁུངས་ཐོག་མ་དེ་རྗེ་
 ལེར་གསར་འཛུགས་གནང་ཞིང་། དེའི་འགན་
 འཛིན་གཙོ་བོར་དམ་པ་འདི་ཉིད་དང་། ལས་རོགས་
 སུ་རིམ་བཞི་འབྲེང་རིང་འཛིག་སེམས་མེད་སུམ་ཅེན་
 དབང་པོ་བསྐྱོད་གཤེད་གནང་བ་བཞིན་ཞུས་ཏེ། རྒྱ་
 གར་དུས་དང་། རྒྱ་ཆུལ་སྐུ་ཆེད་དང་། རོགས་
 ཆོག་སེམས་ལ་འབྲེང་བ་ཞུས་ནས་སྐུ་བས་བཅོལ་བ་
 རྣམས་ལ། གནས་སྐབས་ལམ་ལས་སར་སྐྱོབ་གསོ་
 དང་། དེ་ནས་རིམ་བཞིན་གཞིས་ཆགས། བཅོ་
 ལས། སྐྱོབ་བྲ། ཆོས་སྐར། དུ་གསོ་ཁང་སོགས་
 རིམ་པས་འཛུགས་ཐབས་འབད་བཅོན་དང་། སྐྱོབ་
 གསོ་ཞུ་སྐུ་གཏོང་ཕྱོགས་སོགས་ཁ་ཆ་དགོས་
 གཏུགས་ཀྱིས་འཁུར་འགན་ཆུང་བའི་བྱ་བ་རྣམས་
 ཁོང་རྣམ་གཉིས་ཀྱིས་ཐུག་ཏུ་བཞེས་ནས་ཅི་ཐུབ་ཀྱི་
 དལ་བ་འཁུར་ལེན་མཛོད།

སྐུ་ལོ་ ༡༧༥༧ ཟླ་ ༧ ཆོས་ ༡༥

ཉིན་ཅིས་དཔོན་དམ་པ་དེ་ཉིད་དང་། སྐུ་ལོ་གཅིན་
 པོ་ཆུལ་ལོ་དོན་གྲུབ། ས་འདུ་རིན་ཆེན་ལགས་བཅས་
 མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཆོག་སེམས་སུ་བཞེན་རྒྱུ་ལྟ་བུ་སྐུ་
 བྱེད་པའི་སྐུ་ཆེད་དུ་བཀའ་མངགས་ཀྱིས། ཡག་པོ་
 ས་མཆོག་དང་བཀའ་ཤག་གི་བྱེད་སྐྱོད་བཀའ་ཡིག་
 དམ་ཐུར་མ་བཅས་འབྲེས་ཏེ། གནམ་ཐོག་ནས་ཡིང་
 ལན་བརྒྱུད་པོད་དོན་རོགས་ཆོག་སེམས་དང་མཛུལ་ཞིང་
 རིུ་ཡོག་ཏུ་འབྱོར། དེར་མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཆོག་སེམས་

ཀྱི་དྲུང་ཆེད་ངོས་མངལ་གྱིས་པོད་དོན་ལྷ་སྤྱི་གནས་
 ལུགས་ནམས་ལྷ་སྤྱི་མངལ་པར། སྤྱི་ལོ་༡༩༦༠
 ཟླ་ ༡༠ ཚེས་ ༡༡ ཚེས་ ༡༠ ཚེས་ ༡༡
 བཅས་སོ་སོར་རྒྱལ་སྤྱི་གཟུར་གནས་རྒྱལ་ཁབ་
 བཞི་བཅུ་ཙམ་གྱི་འཕུས་མིས་རྒྱལ་སྤྱིར་གནང་བར་
 བརྟེན་ནས། པོད་དོན་རྒྱལ་ཆོགས་ཀྱི་གྲོས་ཁྲིངས་
 སུ་ཚུད་པ་མ་

ཟད། རྒྱ་མིས་
 པོད་ནང་འགྲོ་བ་
 མིའི་ཐོབ་ཐང་
 བརྟེན་པ་བཞིག་
 དང་། མི་རིགས་
 ལ་མཉམ་གཟིངས་
 བཏང་བའི་སྐོར་
 ལ་གྲོས་ཆོད་ཟིན་
 གྱི་ས་གཏན་



པོད་དང་ལ་ཚུད་པའི་ཆེད་དུ་འཕུས་པ་བྱས་ཆོད་པའི་རྒྱ་མིས་པོད་དོན་

འབེབས་ཐུང་ཐུབ་ཡོད་པ་ནི། ལོ་རྒྱུས་ནང་རྒྱལ་
 ཆོགས་སུ་པོད་ཀྱི་སྤྱི་ཆབ་ལུགས་པ་དང་། པོད་ཀྱི་
 གནད་དོན་ལ་གྲོས་ཆོད་བཞག་པ་ཐོག་མ་ཡིན། དེ་
 རྟེན་པ་འདི་སོགས་ཀྱི་སྒྲན་མེད་པའི་མངལ་རྒྱས་
 ཞིག་ཡིན་ཡང་། དེ་ནས་ད་ལྟའི་བར་ལ་རྒྱ་
 བསྐངས་ཏེ་གྲོས་ཆོད་གཅིག་ཀྱང་འཛིན་མ་ཐུབ་པ་
 ཞིག་ཏུ་པངས།
 སྤྱི་ལོ་ ༡༩༦༩ ལོར་དབྱེན་སྐད་ཐོག་གི་སྤྱི་
 དོན་རྒྱལ་རབས་འཕྲོ་སྤྱོད་མཁུག་འབྲེལ་སྤྱོད་རེ་ཞིག་

དོན་གཅོད་ཀྱི་ཕུག་ལས་དགོངས་ལུ་མངལ་དེ་ཨ་རིར་
 ཐོན་ནས་མཐར་ ༡༩༦༧ ལོར་འཛམ་གླིང་ནང་
 འབྲེལ་སྤྲེལ་ལུགས་། དེ་རྒྱུས་གལ་ཆེའི་དབྱེད་གཞི་མང་
 པོར་ཉམས་ཞིབ་མངལ་ནས་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༧༥ ལོར་
 པོད་སྐད་ཐོག་ནས་སྤྱི་ལོ་ན་མ་གྲགས་པའི་སྤྱི་དོན་
 རྒྱལ་རབས་འདི་ཉིད་འདོན་སྤྲེལ་གནང་། དེ་ནས་

ལོ་རབས་བརྒྱ་
 བཅུའི་ནང་ལ་
 པོད་རྒྱའི་ཆབ་
 སྤྱི་དང་རྒྱལ་
 རབས་ཡིག་
 ཆོགས་ཇི་ཆེད་
 ཅིག་ལ་ཉམས་
 ཞིབ་མངལ་པ་
 དང་། སྤྱི་གས།
 ཆབ་སྤྱི་དང་

འབྲེལ་བའི་རྒྱལ་རབས་ཀྱི་གལ་ཆེའི་དབྱེད་གཞི་མང་
 པོ་མཁོ་འདོན་མངལ་།
 ཕ་རོལ་རྒྱ་མིས་སྤྱི་ལོ་ལང་རྒྱལ་རབས་དང་།
 གསར་ཤོག་ཁག་གི་ནང་པོད་ཀྱི་བདེན་པའི་རྒྱལ་
 རབས་ལ་འབྲེག་བརྗོད་རྒྱུ་གཏམ་ཇི་ཆེད་ཅིག་སྤྲེལ་
 བར། དམ་པ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་དགག་ལན་གྱི་ཚུལ་དུ་
 ༡༩༧༥ ལོར་འབྲེག་བཞད་ནས་ཁྲག་འབྲེན་ཐུང་
 ཀྱི་བདེན་པའི་གཅོགས་བུ་ཞེས་པ་སོགས་ལྷགས་ཚུ་
 མངལ་པ་དང་། མདོར་ན་གནད་དེད་གི་རྒྱལ་

རབས་དང་། ཆོས་འབྱུང་། རྣམ་ཐར་སོགས་དཔང་
པོར་བཞག་ཅིང་། གཏན་ཆོག་རིགས་པའི་ལམ་ནས།
རྒྱ་དམར་ནག་གི་སྒྲུབ་པ་དང་ན་པའི་ཁབ་མིག་ལྟ་བུའི་
མགྲིན་ལམ་དེ་ཡང་རྩད་ནས་གཅོད་བཞིན། བོད་
ཀྱི་རང་དབང་དང་། བདེན་པའི་འཐབ་རྩེད་རྒྱུ་
འབྱིང་མཛད་ནས་བཞུགས་ཐུང་། ལྟོ་བའི་སྤྲན་ནད་
བསྐྱེད་མཐར་ཀྱིས་སྤྲན་བཅོས་ཐུང་སྒྲུབ་ཅི་ལྟར་ཞུས་
ཀྱང་དགྲ་ན་མཐོ་སྤྲན་རྒྱུ་ཀྱིས་ཡན་རྒྱས་མཐོན་
པར། སྤྱི་ལོ་ ༡༩༤༩ ལོའི་ ཟླ་ ༡ ཆོས་ ༡༡
ཉིན་ཏེ། དགྲ་ལོ་གྲགས་ཐུང་སྤང་ཡ་རིེ་ ཉག་
སེ་སེ། ཀའི་སི་ཏེ། ཀོར་པ་སེ། ནང་ (Corpus
Christi, Texas, U.S.A.) ཁོང་གི་རིགས་
སྤས་ཚུལ་ཁྲིམས་ཉི་མ་ལགས་ཀྱི་གཟིམ་ཤག་ཏུ་
གཟིམས་ཁྲིའི་མཐའ་ཅན་དུ་གྱུར།

**གཉིས་པ། སྤྱི་རབས་པའི་མིག་རྒྱུན་བརྩམས་
ཆོས་ནི།**

སྤྱིར་སྤྱུག་པས་ཁོང་གིས་ཆོས་དང་། ཁབ་སྤྱིད། རྒྱལ་
རབས། དཔལ་འབྱོར་བཅས་ཀྱི་སྒྲོར་ལ་གསུང་རྩོམ་
ཅི་རྗེ་དུ་ཅིག་ཡོད་ཅིང་། དེ་དག་ལས་མང་པོ་ཞིག་
འགྲོ་སྐྱེད་དང་། གཏམ་བཤད། གསལ་བསྐྱགས་
སྤེལ་བ་སོགས་ཐོར་བུའི་ཚུལ་དུ་བཞུགས་པ་མང་དུ་
མཆིས་པས། འདིར་བདག་གི་མིག་ལམ་དུ་མངོན་
པའི་གཅོ་ཆེ་བ་དང་གཅིག་བསྐྱས་རང་བཞིན་ཅན་
དག་བཀོད་ཅིང་། འོན་ཀྱང་ཁོ་བོ་སྤྲོས་ཀྱི་འདུག་
པ་ཁབ་མིག་ལས་དོག་པས། ད་དུང་ག་ཤམ་གསལ་

ནང་མ་འཁོད་པའང་ཡོད་སྤྱད་ན་མཁྱིན་ཅན་རྣམས་
ཀྱིས་དགོངས་དཔུང་མཛོད།

སྤྱི་ལོ་ ༡༩༥༥ ལོར་ <<བོད་ཀྱི་སྤྱི་དོན་རྒྱལ་
རབས་>>

འདི་ཉིད་བརྩམས་པ་དང་། བརྒྱད་ཅུའི་ནང་

<<བདེན་དཔང་རྩེད་ལན་རྫོངས་ཐུན་སེལ་བའི་ཉི་
མ་>>ཞེས་པ་དང་། སྤྱི་ལོ་ ༡༩༥༡ ལོར་

<<བོད་ཀྱི་གནའ་དུས་ཀྱི་དགོན་པ་དང་རྩ་ཁང་ཁག་
གི་ལོ་རྒྱུས་>> ཞེས་པ་དང་། ལྷེ་ལོ་བོད་ཁང་གི་

ཟ་མ་ཏོག་དེབ་སྤེང་ནང་ <<རང་རེ་བོད་ཀྱི་ནང་
ཉིན་ཁག་མངོན་མེད་དུ་བཞུགས་པ་>> ཞེས་པ་

དང་། ཡང་<<བོད་ཀྱི་གསེར་དངུལ་ཉམ་
ཁད་ཤོག་དངུལ་བཅས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ས་བོན་>>ཞེས་

པ་མཛད། སྤྱི་ལོ་ ༡༩༥༡ ལོར་<< ལྷ་ལྷན་ར་ས་
འབྲུལ་སྤང་གི་གཙུག་ལག་ཁང་གི་དཀར་ཆག

>>ཞེས་པ་མཛད། ཡང་ལོ་དེར་<<གསེར་
དང་རག་གན་རྣམ་དཔྱེ་གསལ་པོར་འབྱེད་པ་ནོར་

བུན་ཀེ་ག་>> ཞེས་བྲུ་བ་མཛད། སྤྱི་ལོ་ ༡༩༥༡
ལོར་<<སངས་རྒྱུས་ཀྱི་རིང་བསྐལ་བོད་དུ་གདན་

ངའས་ཚུལ་>>ཞེས་པ་མཛད། སྤྱི་ལོ་ ༡༩༥༥
ལོར་<<འབྲོག་བཤད་རྣམས་ཁྲིམ་འབྲེན་ཁྱེད་ཀྱི་བདེན་

པའི་གཙགས་བུ>>ཞེས་པ་སོགས་མཛད་ཡོད།

**གསུམ་པ། སྤྱི་དོན་རྒྱལ་རབས་བརྩམས་
པའི་བརྒྱུད་རིམ།**

ལྷགས་ལུགས་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༣༡ ལོར། ལུ་པོ་
བཀའ་ཁྲིན་ཁྲི་སྟོན་ནོར་བུ་དབང་རྒྱལ་མཆོག་ནས་
ཅིས་དཔོན་དམ་པ་འདི་ཉིད་མ་འོངས་པར་རེ་བ་ཆེན་
པོ་ཡོད་པར་གཟིགས་ནས། ཉིན་གཅིག་ཁོང་གི་
གཟིམ་གསུ་དུ་ཆེད་འཕོད་གནང་། དེ་སྟོན་པོད་
ནང་མན་རྩ་གོང་མའི་དཔོན་དམག་ཡོད་རིགས་
ནམས་མཐར་བསྐྱད་གནང་བའི་སྐོར་དང་། བེང་
སྐྱུ་ལོར་སེམ་ལར་དཀྱིན་པོད་རྒྱ་གསུམ་དབང་ཆད་
འབྲེམ་ཉམ་ཐོག་ནས་ཆིངས་དོན་བཀའ་མོལ་གནང་
སྐབས། ལུ་པོ་མཆོག་དང་སྤྱིད་སྟོན་བཤད་སྡུ་མཆོག་
གིས་རྒྱ་པོད་ཡན་རྒྱུན་དག་སེལ་བཀའ་མོལ་གནང་
བའི་ལོ་རྒྱུས་ཞིབ་ཏུ་གསུངས་པའི་ཐོག་ ལྷགས་
དེར་དག་སེལ་གྱི་ཆོག་ཐོག་སྤྱིག་གནང་བ་ཁག་གི་
བར་ཟིན་དང་། ལུངས་སྤྱིལ་ཡིག་ཆའི་དོ་བཤུས།
ཆིངས་ཟིན། ས་བྲ། གལ་ཆེད་ཡིག་ཆ་ནམས་དང་
མཇལ་དར་ཨ་མེདྲི་བྲལ་ཞིག་དང་བཅས་ཁོང་ལ་
དཀྱིས་བཅེ་ཆེན་པོས་བསྐུལ་ཏེ་བཀའ་ཕེབས་སུ།
ཁྱོད་ཀྱི་ཡིག་ཆ་འདི་ནམས་ཞིབ་འཇུག་དང་། སྤྱི་
སྟོང་ཡག་པོ་ཞིག་བྲས་རྒྱུ་པོད་ཀྱི་སྤྱིད་དོན་གྱི་ལོ་
རྒྱུས་ཞིག་བྲིས་ན་པོད་ལ་ཡན་ཐོག་ཆེན་པོ་ཡོད་ཚུལ་
བཀའ་སློབ་གནང་། **སྤྱི་ལོ་ ༡༩༣༦ ལོར་ནང་**
མི་དང་མཉམ་དུ་གནས་བསྐྱར་ལ་ཕེབས་སྐབས། རྒྱ་
གར་ནང་མི་དམངས་འབྲུམ་ཕྱག་དུ་མས་རྒྱལ་ཁབ་
རང་བཙན་དོན་གཉེར་གྱི་ལས་འགུལ་ཆ་རྒྱལ་ཕུར་
བར་སྤེལ་བའི་གནས་ཚུལ་གཟིགས་པ་དང་། རང་

གི་ཕ་ཡུལ་ལ་ཕྱིར་འདང་སྟོན་དུས་ཆབ་སྲིད་དང་
རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་གནས་སྟངས་ལ་ང་བ་ལ་སེམས་སྦྱལ་
ཆད་མེད་ཐེབས་བྱུང་གསུངས།
སྤྱི་ལོ་ ༡༩༥༡ ལོར་པེ་ཅིང་དུ་རྒྱ་པོད་གྲོས་མཐུན་
དོན་ཆེན་བཙུ་བདུན་བཞག་རྒྱུ་ལ། ཡུ་གོང་ས་སྟོན་
འཕྲིན་ཡང་ཕྱི་རྒྱལ་དུ་དུས་བདེ་ཞི་འཇམ་གྱི་ནམ་པའི་
ཐོག་ནས་རེ་ཞིག་ལྷ་རྒྱུན་རྒྱལ་སར་ཕྱིར་བཞོལ་མཇུག་
ཅིང་། དམ་པ་དེ་ཉིད་གྲོ་མོ་ནས་ཕྱིར་རྒྱ་གར་དུ་
བཅུད་ན་སྤྱི་སྟོན་གཉིས་ལ་ཡན་དག་ཆེ་བའི་དགོས་
པ་དུ་མར་གཟིགས་ནས། རྒྱ་གར་ནང་བཞུགས་
རྒྱུ་འཇུགས་འདུན་གཙང་བཙད་མཇུག་ ལྷགས་དེར་
གང་གི་དགོངས་པར། ལུ་པོ་བཀའ་ཁྲིན་གྱི་གསུངས་
མཆིད་དང་། གལ་ཆེད་ཡིག་ཆ་དང་། དུས་ཀྱི་དལ་
འཁོམ་འདི་རྩ་བུ་ཞིན་དུ་རྟེན་དཀའ་བས། དེ་ནི་ཡུན་
རིང་སྤྱིད་དུ་བརྒྱག་པའི་འདུན་པ་བཟང་པོ་བསྐྱུབ་
དགོས་པའི་གནས་སྐབས་གལ་ཆེན་ཞིག་ཡིན་པར་
དགོངས་སྟེ། པོད་ཀྱི་སྤྱིད་དོན་གྱི་གནས་སྟངས་འཇམ་
སྐྱོང་མི་མང་ནམས་ཀྱིས་གསལ་པོ་གསུངས་སྟེ།
པོད་ཀྱི་སྤྱིད་དོན་རྒྱལ་རབས་བྱ་བ་ཐོག་མར་དཀྱིན་
སྐད་ཐོག་འབྲེ་རྒྱ་དབུ་འཇུགས་མཇུག་། **མེ་བུ་**
སྤྱི་ལོ་ ༡༩༥༧ ཟླ་ ༩ པའི་ནང་ཡུ་གོང་ས་
མཆོག་སྐར་དོག་དུ་ཞབས་སེན་བཀྱིས་འཕྲིན་ལོ་བདེ་
བར་འཁོད་ཅིང་། དེ་དུས་དམ་པ་འདི་སྤྱིགས་ཀ་
སྤྱུག་བདེ་ལྷན་ཁོངས་ཀྱི་གཞུང་ཞབས་ནམས་དང་།
ཀ་དོར་པོད་མི་ནམས་མཇལ་བཅར་སྐབས། ཅིས་

དཔོན་ཉིད་ཀྱིས་ཚོམ་འབྲེམ་མཛད་བཞིན་པའི་ཀྱལ་
རབས་འདི་མཇུག་སྐྱེལ་དགོས་པའི་བཀའ་སློབ་ཟབ་
མོ་སྒྲིབ་པའི་ཀྱན་དུ་བསྟུལ་བར་བརྟེན། ཆུབས་ཆེན་
ཀྱི་བྱ་གཞག་འདིའི་མཇུག་སྐྱེལ་བར་སྒྲོ་བས་ཡིད་སྒྱུ་
ལྷག་པར་འཕེལ་བྱུང་གསུངས།
གོང་དུ་སྒྲུས་པ་བཞིན། དམ་པ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་ཕྱི་ཀྱལ་
མི་རིགས་རྒྱལ་མཚན་པོ་དེ་ཀྱི་གནས་སྤངས་ཅི་བཞིན་
ཤེས་ཆེད། བོད་ཀྱི་སྲིད་དོན་ཀྱལ་རབས་སྤོན་ལ་
དབྱེན་ཡིག་ཐོག་པར་འདེབས་འགྲེམ་སྒྲེལ་བྱེད་ཀྱི་
ཤིན་ཏུ་གཤམ་ཆེ་བར་གཟིགས་ནས། **སྤྱི་ལོ་ ༡༩༦༡**
ཟླ་ ༥ ཚེས་ ༡༥ ཉིན་ལ་ཐུ་མོ་སྤྱི་ཚབ་དོན་
གཙོད་ཀྱི་ལས་འཁུར་རེ་ཞིག་དགོངས་ཁུངས་སྒྲུགས།
རྒྱ་ཀྱི་འཕྲོ་བསྐྱེད་སྟེ། གཤམ་ཆེའི་དབྱེད་གཞི་ཁག་
མང་པོར་དབྱེད་ཞིབ་ཡང་དག་མཛད་ནས།
ཨ་འི་ཤན་པོ་ཀྱི་ཤན་ཆོག་ས་པའི་རོགས་རམ་འོག་
ཨ་འི་ཡེལ་གཙུག་ལག་སློབ་བྱ་ཆེན་མོར་གང་ཉིད་
ངོ་ཕེབས་ཀྱིས། དེར་ཉིད་ཀྱི་སྒྲུས་སྒྲུས་རྒྱལ་མཚན་དང་
། སྤྱི་འབས་ར་སེ་ཀའ་བོན་བཅས་ཀྱིས་བོད་ཡིག་
གི་དབྱེད་གཞི་རྒྱལ་མཚན་དབྱེན་ཡིག་ཐོག་པའི་བསྐྱེད་
རོགས་རམ་འོག་ མཛོད་བཞི་ཙམ་རིང་སྤྱད་བཤད་
དང་ཞིབ་དབྱེད་དབྱེས་ཕྱིན་པ་མཛད་ནས། མཐར་
ཨ་འི་ནང་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་དང་། ནང་ཆོས་སྐོར་
ལ་མཁས་པ་ཆེན་པོ་སྤྱི་འབས་ གྲུ་ལེ་ སྤའི་ལེ་མཆོག་
ནས་དེབ་སྤྱི་དང་མཐུན་པའི་མཐའ་མའི་ཁྱད་སྤྱི་
རོགས་རམ་གནང་བ་ལ་བརྟེན་ནས། **མེ་ལུག་སྤྱི་**

ལོ་ ༡༩༦༢ ལོར་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཐོག་གི་སྲིད་དོན་
ཀྱལ་རབས་དང་པོ་དེ་དབྱེན་སྤྱད་ཐོག་འཛུལ་སྤྱད་
ཡོངས་སུ་འགྲེམས་སྒྲེལ་མཛད། དུས་དེ་ནས་བཟུང་
ཀྱལ་རབས་འདི་བཞིན་ཕྱི་ཀྱལ་བོད་གནས་ཉམས་ཞིབ་
པའི་གཅེས་ཞོར་ཞིག་དང་། བོད་ཀྱི་བཞིན་རས་ངོ་མ་
མཐོང་བའི་མེ་ལོང་ཞིག་ཏུ་གྱུར།
དེ་རྗེས་ལ་སྤྱི་ཚོར་གོང་ས་སྤྱི་འབས་མགོན་ཆེན་པོ་
མཆོག་དང་། སྤྱི་འབས་རྗེ་ཁྲི་བྱང་དོ་རྗེ་འཆང་ཆེན་པོ།
སྤྱི་ཆེན་བྱང་ཆེན་ར་བ། ཀྱལ་ཞེན་ལྷག་བསམ་ཅན་
སྤྱི་ཆེན་བྱང་ཆེན་དབང་དོན་གྲུབ་སོགས་ཀྱིས། བོད་
རིགས་ན་གཞོན་རྒྱལ་ཀྱི་ཆེད། བོད་ཡིག་ཐོག་ནས་
བོད་ཀྱི་སྲིད་དོན་ཀྱལ་རབས་ཞིབ་ཀྱས་ཞིག་འདོན་སྒྲེལ་
དགོས་ཀྱི་ལམ་སྟོན་དང་། སྤྱི་འབས་པཅག་ཡང་ཡང་
གནང་བར་བརྟེན་ནས། སྤྱི་འབས་ན་ནས་ཀྱིས་ངལ་
བ་སྤངས་ཏེ་ཀ་དོར་སྤངས་གསུམ་དང་། འབྲུག་ཡུལ་
སོགས་སུ་དཔེ་མཛོད་ཁང་ཡོད་དོ་ཅིག་ནས། བོད་ཀྱི་
ཀྱལ་རབས། ཆོས་བྱུང་། དཔེ་དེབ་གང་འབྱོར་དང་
། ཕྱི་ཀྱལ་ཀྱི་དཔེ་དེབ་གང་འབྱོར་ལ་བརྟེན་ཞིབ་ནན་
ཏན་མཛད་ནས། དབྱེན་ཡིག་ཐོག་གི་ཆད་ཞོར་བྱུང་
བ་ཁ་སྐོང་དང་། མཐར་སྤྱི་འབས་རྗེ་ཡོངས་འཛིན་ཁྲི་
བྱང་དོ་རྗེ་འཆང་ཆེན་པོས་ཆད་སྒྲུབ་དང་། འབྲུལ་ཞོར་
ཡོད་རིགས་སོགས་གང་ཅིར་ཐུགས་ཞིབ་ཆགས་པོས་
སྤྱན་རས་བཅས་ཏེ། སྲིད་ན་རྟེན་དཀའི་བཀའ་སློབ་
དགོངས་ཆར་བསྟུལ་ནས། མཐའ་མའི་དག་བཅོས་

གནང་ཤིང་། སྤྱི་ལོ་ ༡༩༥༥ ཟླ་ ༥ ཚེས་
 ༡༥ ཉིན་། ད་ལྟོ་སློབ་གསལ་གཞིན་ཏུ་དགའ་བའི་
 རོལ་མཚོ་འདྲིའི་ཡོངས་སུ་ལེགས་བྱུང་བྱུང་ནས་
 འགྲམ་སྤེལ་བཀའ་བྲིན་ཆེ་བ་མཛད་།
**བཞི་པ། ཚུམས་པའི་དགོས་པ་དང་། དེའི་
 དགེ་མཚན།**

དེ་ཡང་གང་གི་བཀའ་ལས་‘མན་རྩ་གོང་མའི་
 སྐབས་དང་། དེ་རྗེས་གོང་མའང་ཉང་གི་སྐབས་ནས།
 རྒྱ་བོད་མཚོན་ཡོན་གྱི་འབྲེལ་བར་གོ་བ་ལྟོག་སྐབས་བྱས་
 ཉེ་བོད་རྒྱ་ཁོངས་ཡིན་རྒྱུ་ལྟར་བྱུང་བའི་དེ་བུ་དང་། ས་
 ཁྲ་བཟོ་འདོན་བྱས་པ། ལྷག་པར་ལོ་ལྟར་བྱི་རྒྱལ་
 ཁག་ལ་དེ་ལྟར་ཡིག་ཆ་འགྲམ་སྤེལ་གྱིས་ཁོང་ཚོས་
 གྲུང་བོད་གནས་རོ་མ་ཤེས་དཀའ་བ་བཅས་ལ།
 དགག་བྱ་བྱུང་བའོ་ཐབས་དང་། སེམས་ཤུགས་ལྡན་པའི་
 བོད་ཕྱག་སློབ་གསལ་བ་རྣམས་ནས་དཔེ་ཆ་དང་། ཡིག་
 ཆ་མང་པོ་འབྲུར་དཀའ་ཞིང་། འབྲུར་གྲུང་ལྟོགས་
 འབད་ཚུལ་དཀའ་བས་དེ་འདྲི་དཀའ་ངལ་མི་དགོས་
 པར་བོད་ཀྱི་རྒྱལ་རབས་ཆ་ཆང་ཞིག་བརྩམ་པ་ལ་
 འདུན་པ་མངོན་དུ་སྤྱོད་པ་། ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན།
 རང་ཅག་རྣམས་ལ་སྤར་ཡབ་མེས་གོང་མས་ཤུལ་དུ་
 བཞག་པའི་གཅེས་ནོར་རྒྱལ་རབས་དང་། ཚེས་
 འབྲུང་སྟོགས་རྒྱ་ཆེ་ལ་གཏིང་དཔག་དཀའ་བ་དུ་མ་
 ལྡན་ཡོད་རུང་། དེ་དག་ནང་དག་པོའི་གཡུལ་འབྲེང་
 ལ་བརྟེན་ནས་གསུམ་གཉིས་སའི་དཀྱིལ་འཁོར་བཟུང་
 རྒྱལ་དང་། སྤོང་ལུགས་ཀྱི་འཕེལ་འགྱུར་ཆེ་བཞིན་

བརྗོད་པ་ཉུང་ཞིང་། རེ་གཉིས་གསལ་བ་རྣམས་ཀྱང་
 བཞུགས་ཀྱི་སྤྱི་ལོ་སྟོན་མོགས་ཀྱི་ཚེས་ལུགས་སྤྱོད་པ་འཐུན་
 གྱིས་དབང་དུ་སོང་བ་མང་། ལྷག་པར་མེས་པོ་སྔོན་
 བཅོན་རྣམས་པོ་ལྟར་མཛད་ཤིང་སྐབས་པོ་ཆེ་རྣམས་ཀྱང་
 ། ཐུན་མིན་གྱི་སངས་རྒྱུས་བྱང་རྒྱུ་སེམས་པའི་ཚེས་
 སྤྱོད་ཀྱི་མཛད་ཤིང་སྐབས་བཞད་རྒྱུན་གཙོ་བཟུང་ལ་
 བརྟེན། གཞན་རིགས་ལོ་རྒྱུས་སྤྱི་བཙུགས་ཁས་
 ལེན་ལྟེ། རང་རེའི་གཞིན་སྤྱི་སྤོང་དོན་གཉེར་ཅན་
 ཚོའི་སྒྲིལ་ལྟར་གོང་དཀའ་བ་དང་། ཚོགས་ཀྱི་མདུན་
 པ་དྲེད་པ་དཀའ་བ། དེང་གི་དུས་རབས་ཀྱི་དགོས་
 མཁོ་བསྐྱེད་དཀའ་བ་བཅས། དངོས་ཡོད་དཀའ་
 ངལ་དང་དགོས་པ་དུ་མར་གཟིགས་ནས། ཚེས་དཔོན་
 དམ་པ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་རྫོན་གྱི་རྒྱལ་རབས། ཚེས་འབྲུང་
 ། རྣམ་ཐར། ཚེས་ཟླ། ཡིག་ཆ་གསལ་དག་མང་
 གཞིར་བཞག་སྟེ། རིན་ཐང་བྲལ་བའི་དབྱུང་གཞིའི་
 ཡིག་རིགས་ཉིས་བརྒྱ་སུམ་ཅུ་ལྷག་ལ། ལོ་ངོ་ཉི་ཤུ་
 ཅམ་གྱི་རིང་གཟིགས་ཞིབ་དང་། བཞག་དབྱུང་ནན་
 ཉན་མཛད་ནས། དེ་དག་དཔང་པོར་བྱས་པ་དང་
 ། སྤྱོད་པ་དོར་བཅུད་ལེན། ལོ་རྒྱུས་རིགས་པའི་
 ལྷ་བྱུང་གཅིག་ཀྱིས་འཛིན་དང་། གཙོ་བོར་དངོས་ཡོད་
 རིགས་པའི་གཞུང་ལུགས་ཀྱིས་རྒྱུ་བ་གཉེར་བཅས་ལ་
 བརྟེན་ནས། གོ་བདེའི་ལམ་ནས་སྤོང་དང་འབྲེལ་
 བའི་སྤོང་གྱི་བྱུང་བ་ཆ་ཆང་བ། སྤར་རྒྱལ་བོད་ཀྱི་
 རྫོན་རབས་སྤྱི་བ་འབྲུམ་ཕྱག་འཆར་བའི་རིང་བྱུང་དེ་
 ཉིད་བརྩམས།

གང་སར་ཤེས་བྱ་གསར་པ་འབར་གས་བྱེད་བཞིན་
པའི་དུས་རབས་ཉི་ཤུ་པར། བོད་རིགས་གཞིན་སྒྲིམ་
ནམས་ཀྱི་སེམས་ལ་ལྟ་བུ་གསར་རྟོན་འགལ་འདུའི་
འཐབ་ཚུད་ཁྲིད། ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ལངས་ཕྱོགས་དང་
། སློམ་གཞི་ངེས་བཟན་མེད་པ། སེམས་ཀྱི་གོམ་
པ་གྲུ་ཆོམ་དུ་དོར་ཁིང་། བསམ་སྒྲིལ་ཕྱོགས་ནམ་
པར་འབྱམ་པའི་སྐབས་འདིར། སྲིད་དོན་རྒྱལ་རབས་
བརྩམས་པ་འདིས་གཞིས་བྱེས་གཉིས་སུ་བྱེས་པའི་
བོད་ཕྱག་དོན་གཉེར་ཅན་ལ། བོད་རང་གི་ཐུན་མིན་
ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་དང་འབྲེལ་བའི་སྲིད་དོན་ཀྱི་སློམ་གཞི་
གསར་པ་དང་། ལངས་ཕྱོགས་གསར་པ། བསམ་
སྒྲིལ་ཁྲོའི་ཕྱོགས་གསར་པ་བཅས་བསྟན་པ་མ་ཟད།
བདེན་དོན་ཚུད་པའི་མང་གཞིར་གྱུར་པ། ལྷག་པར་
བོད་ཀྱི་རྩོམ་གྱི་བྱུང་བ་གལ་ཆེ་ཆང་གི་སྤང་བ་ཟུན་
དེ། བྱི་རབས་པའི་ཡིད་ངོར་བྱི་མ་མེད་པར་འཆར་
བར་བྱས་ཡོད་པས། གང་ཉིད་ནི་ང་ཆོ་བོད་མི་རིགས་
ཁྱིེད་ཀྱི་ ལྷག་པར་མི་རབས་གསར་པ་ནམས་ལ་
རིན་བྲལ་འདོད་འཛོའི་མོར་བུ་ཞིག་བསྐྱེད་པ་ལྟ་བུའི་
བཀྲིན་གཞལ་དཀའ་བ་ཞིག་རེད་ཅེས་མགོ་ཡང་མཐོ་
ཁིང་། མགྲིན་པ་གཟེངས་སུ་བཏོགས་ནས་སྤྱོད་པར་
སྒྲིབས།

ལྔ་པ། ཞར་བྱུང་སྤོང་པོའི་དག་སེལ།

སྐབས་ཆེན་གྱི་བདེན་པའི་འཐབ་ཆིང་པ་ཁོང་གཤེགས་
རྒྱུས་ཀྱི་ཁ་སང་དང་། དེ་རིང་གི་དུས་འདིར། གཞན་
སྤྱིར་ཕུན་ཆོགས་ལ་ཁྲག་དོག་ཁོ་ནས་རྒྱུད་བསྐྱེད་པ།

འགས་ཉེས་སྤང་ཆང་གི་ནམ་བཞག་ལ་མི་མཁས་ཤིང་
། རང་གི་མངར་སྤྱིར་སེམས་ཆོར་རི་མོའི་ཐོལ་དུ་
འབབས་ལ་བྱང་བ་ཅོམ་གྱིས། མཁས་པ་ཆེན་པོར་
སློམ་པའི་སྒྲིལ་འགས། རོ་འཛིན་གཡོ་ཅོམ་ཉིད་ནས་
ཞུ་སྐབ་པ་ཆོམ་རྒྱུན་ཡིན་ཚུལ་དང་། མཁས་དབང་
དག་ཆོས་ཀྱི་ཡིག་ཆ་བརྒྱས་ནས་རྒྱལ་རབས་བྲིས་
ཚུལ། རིགས་པའི་གཏན་ཆོགས་ཀྱིས་ཤོངས་པའི་
སྤྱི་ཚོར་གང་སར་སློག་པར་བྱེད་ཀྱང་། ཁྲུངས་
མེད་གཏམ་འཆལ་དག་དེ་སྤྱིར་གནས་ཆོང་ན་པ་རྒྱ་
ཡན་དང་། མ་དག་རྒྱུན་འབྱམས་སུ་འགྲོ་བར་
འཛིགས་ནས། ཁྲུངས་འཕེར་དག་སེལ་ཅུང་ཟད་
བྱས་པ་ལས། དོན་དངོས་ཐོག་དེ་བཟེར་འདི་ཉིད་
སྤྱིས་བརྩམས་མིན་ནི། གནག་རྩི་བ་དང་། ཕྱོགས་
རིས་དུག་རྒྱས་ཕྱོས་པའི་སྒྲིལ་པོ་ཉུང་གས་ཤིག་མ་
གཏོགས། དེ་མིན་གཟུར་གནས་དོན་གཉེར་ཅན་
རྒྱུན་གྱི་ཡིད་ངོར་ཅེས་དཔོན་དམ་པ་ཁོང་གིས་
བརྩམས་པ། ཆོར་སྤང་མངོན་མེད་གྲགས་བྱུང་ལ་
སྒྲིམ་ངེས་ཡིན་པ་སློམ་མི་དགོས་ཀྱང་། གལ་པོ་ཆོ་
ལ་ནན་ཏན་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རྒྱལ་རབས་འདི་
བཞིན་ཅེས་དཔོན་དམ་པ་ཞུ་སྐབ་ཁོང་ཉིད་ཀྱི་ནམ་
དཔོན་གྱི་ཉིད་ཁྲུངས་། ཕྱག་སོར་གྱི་འདུ་བྱེད་ལས་
གྲུབ་པ་རང་སྤོང་ངེས་པ་རྟོན་པའི་ཁྲུངས་ལྷན་རྒྱ་
མཆན་གྱིས་དག་སེལ་ཅུང་ཟད་སྒྲིམ།

དེ་ཡང་དང་པོ། རྒྱལ་རབས་འདིའི་འགོ་མཇུག་
བར་གསུམ་ཆང་མའི་ཆོག་འགྲོས་ལས་གཞུང་ཡིག་

གི་མཆོད་པ་ཆེན་པོ་མཆོད་པ་མ་ཟད། མཆོད་པ་
བར་གསུམ་དུ་བྱེད་པ་མཆོད་པ་ཆེན་པོ་བར་གསུམ་
ལ་ཡོད་པའི་དབྱུག་གཙང་གི་ཡུལ་རྒྱུ་གཤམ་མ་དང་
། གཏམ་དཔེ་ཁག་གིས་མཁམས་དབང་དགེ་འདུན་
ཆོས་འཕེལ་གྱི་མིན་པ་སྒྲིག་བཅུ་གསལ་པོ་སྤྲད་ཡོད།
གཉིས་པ། སྤྱི་ལོ་ ༡༧༩༧ ཙམ་ལ་མཁམས་དབང་
དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་མཆོག་བཙུག་དུ་ཞུགས་པའི་
སྐབས་ཤིག་ལ་ཇ་སག་རྟོར་ཁང་ལ་གནང་བའི་ཕྱག་
སམ་ནང་ “རང་རེའི་རྒྱལ་རབས་རྩམ་འཕྲོ་ཅན་
འདི་ཙམ་ལུས་པ་བྱུང་ན་ཡང་། ད་ལན་གྱི་ཁོ་པོའི་
ནག་ཉེས་ཆེ་ཆུང་ཅི་ཡིན་པོད་ཀྱི་ཤེས་ལྡན་པ་ཡོངས་
ཀྱི་མཐུན་དུ་མ་ཡོངས་པ་ན་ཐག་ཆོད་པ་ཞིག་ཡོང་ངེས་
ཡིན། དེ་དུས་སྤྱིང་འདི་ལས་ཆོམ་པ་དང་སྒྲིཁ་འདི་
ལས་ཁེངས་པ་འོངས་རྒྱ་མེད་” ཙམ་གསུངས་
ཤིང་འདི་ནི་མཁམས་དབང་དགེ་ཆོས་གང་གི་གསུང་
རྒྱུ་མོ་ཡིན་པས་ང་ཆོས་ངེས་པར་གཅིགས་ཆེར་
འཛིན་དགོས་ལ། དེ་དུས་སྤྱིད་དོན་རྒྱལ་རབས་ཆ་
ཆང་རྒྱ་ཅི། ད་རྒྱའི་དེབ་དཀར་འདི་ཡང་ཡོངས་སུ་
མ་གྲུབ་པར་རྩམ་འཕྲོ་ཡིན་པ་ཤིན་ཏུ་གསལ་ལ།
གསུམ་པ། དགེ་ཆོས་གང་གི་དངོས་སྤྲོད་ཇ་སག་
རྟོར་ཁང་བཙུན་མ་དཔལ་འབར་དང་། འཆོ་བཞེས་
མཁམས་དབང་རག་ར་རིན་པོ་ཆེ་རྣམ་གཉིས་གང་གི་
ཐུགས་ཀྱི་པོ་ཉི་ཡིན་ལ། རྒྱུ་མང་འཆེ་ཤོས་ཡིན་
པས། གལ་ཏེ་སྤྱིད་དོན་རྒྱལ་རབས་འདི་མཁམས་
དབང་དགེ་ཆོས་ཀྱིས་བརྩམས་པར། ཞུ་སྐབ་པས་

རའི་རིལ་མར་ལུག་གིས་ངོམས་སོ་བྱས་ན། ངེས་
པར་རྟོར་ཁང་དང་། རག་ར་རིན་པོ་ཆེ་རྣམ་གཉིས་
ཀྱིས་ཞུ་སྐབ་པར་དགག་བཞག་མཛད་སྤྱིད་ཀྱང་། དེ་
ལས་སྒྲིག་སྟེ་རག་སྤྱལ་རིན་པོ་ཆེ་ཡིས་ཞུ་སྐབ་པས་
རྒྱལ་རབས་འདི་བརྩམས་པའི་ལུགས་སྟེས་སུ་སྟན་
ངག་གི་ལམ་ནས་དངས་པའི་སྐགས་བཞེད་འདི་རྒྱར་
མཛད་ཡོད། རྣམ་མང་མཁམས་པའི་ལུང་གི་རྒྱུན་
འདུས་ཤིང་། ལུགས་གཉིས་གཤིང་དཔག་དཀའ་
བའི་རྒྱང་ཟབ་ཀྱང་། ངོ་མཆར་བདེ་ལྡན་པ་སྐབས་
འདི་མཐོང་ཆོ། ཟུར་གནས་སྒྲིལ་སྒྲིལ་ཅིས་མི་
འཕེལ། ཞེས་པ་ནས་སྤྱི་རྒྱའི་བརྟན་པ་འཕྲོག་བྱེད་
འདི་རྒྱ་བྱ། སྤྱིང་སྤྱིང་ལྡན་ཁྱིམ་ལས་གཞན་སུས་
བྲིས་ཀྱས། ཞེས་ཤོ་ལོ་ཀ་བདུན་ཙམ་གྱིས་དབྱེས་
པའི་ཕྱག་བྲིས་བསྐུལ་ཡོད་པ་དེས། སྤྱིན་གམ་ཆོའི་
མཁུན་ལམ་དོག་པོར་བྱས་པ་དང་། རོ་འཛིན་འགྲུལ་
མེད་དུ་གྱུར་པ་ཡ་རེང་།

བཞི་པ། སྤྱི་ལོ་ ༡༧༩༦ ལོར་ ལྷ་སར་
མཁམས་དབང་དགེ་ཆོས་རྣོང་མེད་ཉེས་བཅུགས་ཀྱིས་
གཞུང་བཞེས་དང་འཛིན་བཟུང་སྐབས། སྤྱི་ཉེར་
སྤྱད་ཁྱོད་ན་སྤྱི་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་
རབས་བྲིས་པའི་མ་ཟེན་ཡོད་ཚུལ་དང་། དེ་བཀའ་
ཤོད་པ་དང་། ཞུ་སྐབ་པས་བརྒྱུ་སྤྱི་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་
བརྟན་མེད་པའི་ལུགས་བཟུང་མའི་ཆོག་ལམ་འདྲ་བཀའ་
སར་སྒྲིག་ཀྱང་། བདག་གི་བསམ་ན་སྐབས་དེར་ཞུ་
སྐབ་པས་གཞུང་གི་མཛད་འཁུར་བཞེས་ནས།

མཁས་དབང་དགེ་ཆོས་འཛིན་བཟུང་དང་རྒྱ་དངོས་
གཞུང་བཞེས་ལ་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་ཁྲུང་ས་ལྟན་ཡིག་
ཆ་གང་ལའང་གསལ་མེད་པ་མ་ཟད། ལོ་དེར་ཞུ་
སྐབ་པ་ནང་མི་དང་བཅས་པ་བལ་ཡུལ་དང་། རྒྱ་
གར་ལ་གནས་སྐོར་ལ་བསྐྱོད་ནས་ཆུ་ལྟོད་བཞུགས་
མེད་པ་སྐབས་དེའི་དཔོན་རིགས་ཆང་མས་མཁྱེན་
གསལ་རེད། ད་དུང་སྐམ་ནང་ཡིག་ཆ་ཡོད་པའང་
སྤུས་བཞིན་པར་སྟོབས་སམ།

ཐུལ། དུས་རབས་ཉི་ཤུ་པའི་ནང་བོན་པའི་བོད་
པའི་བླ་ན་དབང་གྱི་དང་། ཡང་སྟོན་དོན་གྱི་མཁས་
པའི་དབང་པོ་ཨ་ལག་ཆེ་ཏན་ཞབས་བྱུང་ཆང་དང་
། དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཆེན་པོ་དཔུ་གེ་བསམ་
གཏན་ཆང་སོགས་གཟུར་གནས་མང་པོས། ཕྱིས་
དཔོན་ཞུ་སྐབ་པས་སྤིང་དོན་རྒྱལ་རབས་འདི་ལྟ་བུ་
ཞིག་མཇུག་པར། དངོས་ཀྱི་གསུམ་ནས་
སྤྲུལ་བཞིན་གྱི་མེད་ཀྱི་འཁྲུག་ཅིང་། མཐུ་བོད་ཀྱི་ར་
གནང་བའི་གནས་ཚུལ་ཀྱི་དཔོན་མང་འཕགས་
ཀྱང་། ཅི་ཞིག་གི་མཁྱེན་ཆ་བ་པ་ཡིན་ཆ་མ་འཆལ་
བ་རེ་གཉིས་ཀྱིས་གང་ལའང་ཕྱིས་མེད་ཀྱིས། དེ་ལྟའི་
འུང་སྟོག་སྒྲུ་ཆོས་ཀྱིས་པ་ནི་ཡ་ཆ་ཁོང་རང་གི་དེ་ཉིད་
སྟོན་པ་ཁོ་ནར་ཟད་ཅིང་། དེ་ནི་རང་ཉིད་བརྒྱུག་པའི་
རྒྱ་ཁོན་ལས་མ་འདས་སོ།

དུག་པ། མཐུག་བསྐྱུ་བ།

མདོར་ན་ཕྱིས་དཔོན་ཞུ་སྐབ་དབང་ཕུག་བདེ་ལྟན་
དམ་པ་དེ་ཉིད་ཆར་ལོངས་བརྒྱད་རིམ་ནང་། བོད་

གྱི་ལོ་རྒྱུས་ཐོག་ཆག་འཇིག་ཉམས་ངའི་དུས་འགྱུར་ཡོ་
ལངས་ཀྱགས་བྱུང་བའི་དུས་ཉིད་། དེ་ཉིད་ཇི་དང་
། རྒྱ་ནག་མན་ཆིང་གཉིས་ཀྱིས་བོད་ལ་བཅན་འཇུག་
གིས། གཞིན་བརྟུང་བཅོམ་གསུམ་གྱིས་བཅན་གཞོན་
བྱུང་པོ་བཟོད་དཀའ་བས། དོན་གྱི་བདག་པོ་ཡ་རྒྱལ་
དབང་བཅུ་གསུམ་པ་མཆོག་རྒྱ་དཀར་ནག་སོག་
གསུམ་གྱི་ཡུལ་གྱར་ཉེན་གཡོལ་ལ་བྱོན་དགོས་བྱུང་
བའི་སྐབས། ཁོང་པོ་མེད་དུངས་གཅང་གིས་དུས་
གྱི་འཆོ་བ་ཡིན་ཁོང་། དེ་དུས་རྒྱ་མི་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལ་བོད་
མི་དམངས་ཀྱིས་དམར་འཛིང་བྱས་ནས་གནའ་བོའི་
ཆུ་ལྟོད་གོང་ཁྱེར་དེ་རེ་ཞིག་གསར་རྒྱ་བྱུར་བྱུར།
སྐབས་དེའི་སྐོར་གསུམ་ཆེ་ལ་འཇིགས་དང་ངས་ལྟན་པའི་
གནས་སྐབས་ན་མས་གཟིགས་དུས། སེམས་འཁྲུང་
ཆེ་བའི་བྱིས་པ་དེའི་བསམ་སྒྲུབ་ཡོ་སྟོག་ཆེན་པོ་བྱུང་
ཡོད། ཡང་བོད་མི་ནང་ཁྲུལ་དུ་སེར་སྐྱ་ལྟ་བུ་གསུལ་
སྟེང་འགལ་བ་དང་། དཔོན་རིགས་ནང་ཁྲུལ་དབང་
ཆའི་འཐབ་ཚོད་ཁོད། བཤད་སྒྲ་དཔལ་དོར་སོགས་
བཀའ་སྟོན་བཞི་པོ་གནས་དབྱུང་བཅོན་འཇུག་གིས་
བཀའ་ཤག་མགོ་གཏིང་བརྒྱགས་པ་དང་། ཆ་རོང་
སྤྲི་གཉིས་དང་། འུང་ཤར་དང་། རྒྱན་གསལ་
ཀྱན་འཕེལ། དགེ་ཆོས་སོགས་ཕུགས་བསམ་ལྟན་
ལ། རྒྱལ་ཞེན་སྟོང་སྟོབས་ཅན་མང་པོར། སྟོབས་
ཀྱགས་ཆེ་བའི་སྟོང་ཞེན་མཁྱེས་འཛིན་དང་། ལྷན་
མེད་བག་འཁྲུམས་ཅན་ཕྱོགས་ཁག་གིས་སྟོལ་བརྟུང་
ཡང་ཡང་འཕྲོགས་པ།

ཡང་སྐྱེ་བའི་དང་། རྩ་སྐྱེ་གི་འགལ་པའི་དོན་ཀྱི་ན་
 གྱི་རྒྱུ་དང་ཅན་གྱི་ནང་དམེ་དྲག་པོ་བརྒྱུད་མར་བྱུང་
 ཞིང་། དེ་དག་གི་སྐྱབས་སུ་ཁོང་གིས་རྩ་ག་བསམ་
 གཤེད་བཅེད་པར། རང་གི་རྒྱལ་ཁབ་དང་། ཅ་
 དོན་གཙོ་བོར་བཟུང་ནས་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་གཤེད་འབྲུལ་
 རན་སྤྱོད་སྤྱོད་མ་ལྟར་སྤྱོད་པར། མི་མང་གི་རྒྱུ་བཟང་སྤྱོད་
 དང་། ལྷོ་མེད་སྤྱོད་སྤྱོད་མ་གོ་ན་ཆེན་པོའི་དབྱེ་འཇོག་
 དབྱུང་འདེགས་འབབ་ཞིག་ཞུས་ཡོད། རྩ་ག་པར་
 རྒྱ་དམར་གྱི་འཆར་གཞི་ལྟར་པའི་བཅན་གཞོན།
 བཅོས་བསྐྱུར། རིག་གསར་བཅས་སོ་སོར་བཅན་
 སྤྱོད་ཀྱི་ལྟ་སྤྱོད་ལས་འགལ་གྱི་གཞི་ལྟར་པའི་དབྱེ་འཇོག་
 སྤྱོད་པ་གཙོ་བོའི་གསལ་ཡིན་ཞིང་། ཅེས་དཔོན་དམ་
 པ་དེ་ཉིད་ནི་ལོ་རབས་བདུན་ཅུ་བརྒྱུད་ཅུའི་ནང་རྒྱ་
 རྩ་ག་གི་ཆབ་སྲིད་པ་རྩ་མེད་ཅན་ཆོའི་མགོ་བོ་དུང་
 བྱེད་ཀྱི་ཐོ་བཟུང་བྱུང་དང་། བོད་ཀྱི་བདེན་པའི་ལོ་རྒྱུས་
 ལ་ཆོའི་ཅི་བྱུག་མཁུ་ལྟར་ལྟར་ལྟར་ཆོའི་རྩིང་ལ་བྱུག་
 ཏུ་འབྱེད་ཞིང་། མཁུ་ལྟར་པ་གཙོ་བོའི་པའི་པའི་ལངས་
 རྩ་བྱུ་ཞིག་ཏུ་གྱུར་ཡོད། གཞན་ཡང་ཕྱི་སྤྱོད་པ་རི་
 ཅར་སུན་གྱིས་སྤྱོད་ཅེས་འདི་འདྲའི་ཞིག་གཞན་ཡོད་
 པ་སྟེ། ཅེས་དཔོན་ལྟ་སྤྱོད་པ་ནི་རྒྱལ་དོན་མཁུ་
 ཅན་དང་། ལོ་རྒྱུས་སྤྱོད་པའི་དབང་པོ། བདེན་དོན་
 ཅོད་མཁུ་སྤྱོད་མེད། སྤྱོད་ཆུང་ཆུང་མཁུ་སྤྱོད་ཀྱི་མི་
 རྩ་བྱེད་དུ་འཕགས་པ་ཞིག་མེད་ཅེས་གསུངས་པའི་དང་
 དོན་ལ་གནས་པར་སེམས།

མཐའ་དོན་དུས་རབས་ཉི་ཤུ་པའི་བོད་པའི་ལོ་
 ཉི་ལྟ་སྤྱོད་པ། མཁུ་སྤྱོད་ལྟར་ལྟར་ལྟར་དཔའ་
 མཐའ་སུའི་པའི་ཅེས་དཔོན་ལྟ་སྤྱོད་པའི་སྤྱོད་པའི་
 བཟུང་། སྤྱོད་པའི་ཅེས་པའི་པའི་བདག་རྩ་བྱུས་ཆད་
 འཇུག་དགོས་བྱུང་བཞི། ལོ་རྒྱུས་མ་ཆེས་པ་དང་
 ། རང་ལོ་མི་རབས་གསར་པ་ཆང་མངོ་ཆ་ཁ་སྤྱོད་སྤྱོད་
 ཀྱི་གནས་ཞིག་ཏུ་འབྲུམས་མོད། དོན་ཉིད་འདྲའི་
 རྩ་བས་ཆེན་གྱི་མི་སྤྱོད་ཞིག་གི་ལོ་རྒྱུས་ཆ་ཆང་བཞིག་
 སྤྱོད་པའི་ཅེས་སྤྱོད་པ་ཁ་བཀའ་སྤྱོད་དང་གཅིག་
 ཡིག་ཆ་འགར་དམ་དུ་མ་རེ་གཉིས་མཆེས་པ་རྩ་མེད་
 ལའང་འབྲུལ་ཞོར་གྱིས། འབྲུངས་ལོ་གཅིག་བྱུར་
 ལོ་ཆོག་མི་འདྲ་བུ་མེད་པ་དུང་དེ་ལྟར་གནས་
 ཆོའི་འབྲུག་ཆབ་ཆེ་ཏུ་འགྲོ་གཞིར་བཅེན་དེ་ལྟར་ཅོད་སྤྱོད་
 པར་མ་བཟོད་པ་དང་གཉིས། ཡང་སྤྱོད་ཀྱི་འབྲུལ་
 གཞན་ལས། མེས་པོའི་ཡིག་ཆང་མ་ཞེས་ན་མཇུག་
 མ་མེད་པའི་བྱི་ལྟ་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་པའི་འདེགས་པ་
 དང་གསུམ་བཅས་ལས། ཁ་ལ་སོ་མེད་ཀྱང་སྤྱོད་
 བྱེད་བྱེད་ཀྱི་དཔེ་ལྟར་སྤྱོད་པའི་རང་བཞིན་
 ལས་མ་འདས་ཀྱང་། ཀྱན་སྤོང་ངན་པས་རྒྱུད་མ་
 རྒྱུད་པར་བྱུང་བའི་འབྲུལ་པར། འབྲུལ་ཞོར་འབྲུང་
 རྒྱུར་དེས་ན་གཟུར་གནས་མཁུ་སྤྱོད་པའི་སྤྱོད་ལྟར་
 མཐོལ་ལོ། མཉམ་བཞག་བྱུགས་མཆོའི་སྤོང་ལས་
 བཀའ་སྤོང་ལམ་སྤོང་སྤོང་བར་བྱ།

མཆན། འབྲངས་ལོ་མི་འདྲ་བ་བཞི་ཙམ་སྤང་བ་ནི།

དང་པོ། ལྷན་མགོའི་ལག་དབང་ཅེས་པའི་ནང་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༡༧ ལོར་འབྲངས་ཞེས་གསལ་བ་འབྲུག་ཆབ་ཤིན་ཏུ་ཆེ།

གཉིས་པ། སྐར་མ་གྱི་མཆོའི་ལྷ་སྐབ་པ་དྲན་གསེའི་ཞུ་ཆོག་དང་གྲ་དགའི་ཤེས་བྱའི་ནང་ལྷ་སྐབ་པའི་ཆུང་ངན་ཞུ་ཆོག་ལག་ཉིས་
ཀྱི་ནང་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༠༩ ལོར་འབྲངས་ཞེས་གསལ།

གསུམ་པ། ཨ་རིའི་སྤྱི་ཞབས་ཁྲོར་རལ་ཤལ་(Turrell Wylie)གྱིས་དཔྱིན་ཡིག་ཐོག་གི་སྤྱད་དོན་རྒྱལ་རབས་ཀྱི་སྒྲུང་
བཞུང་བྲིས་པའི་ནང་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༠༧ ཞེས་གསལ།

བཞི་པ། འདིར་ནི་དམ་པ་འདི་ཉིད་ཀྱིས་སྤྱད་དོན་རྒྱལ་རབས་ནང་ ༡༩༡༡ ལོའི་ཆུ་བྱི་ཆུ་དམག་བསྐྱོར་དྲན་གསོ་གནང་
སྐབས། དེ་དུས་ང་ལོ་དྲུག་ཡིན་གསུངས་པར་སྤྱི་ལུགས་བཞིན་ཙམ་ན་ སྤྱི་ལོ་ ༡༩༠༦ ལོར་འབྲངས་པ་འབྲངས་དང་ལྷན་པར་ཆ་
འཛིན་བྱས་པ་ཡིན། གང་ཡིན་ཟེར་དོན་གྱི་བདག་པོ་ངོ་མས་གསུངས་པ་ནི་རིན་ཐང་བྲལ་བས་གཅིགས་ཆེར་བཟུང་ཡོད།

དཔྱད་གཞི་ནི།

སྤྱད་དོན་རྒྱལ་རབས་དང་།

གྲ་དགའི་ཤེས་བྱ་དུས་དབང་ནང་གི་ལྷ་སྐབ་པའི་རྒྱུ་ཆོག་དང་ཞུ་ཆོག་

དཔྱིན་སྐད་ཐོག་ནས་སྐར་མ་གྱི་མཆོས་ལྷ་སྐབ་པ་དྲན་གསེའི་ཞུ་ཆོག་།

ག་པོ་ཆོ་རིང་གིས་དགོ་ཆོས་ཀྱི་སྤྱད་དོན་པ་ལྷག་བསམ་ལོ་མའི་རྒྱུ་ཞེས་བྱ་བ།

བཅར་འདྲི་ཞུ་ཡུལ་ནི།

གང་གི་གཙུང་པོ་ཆང་ཁྱིམ་མཁན་ཆུང་ཐུབ་བསྟན་ཆེ་དཔལ་དང་།

ལོ་རྒྱུས་སྒྲིབ་དཔོན་བསོད་ནམས་རྒྱལ་མཆོན་མཆོག་

མཁྱེན་ཡངས་སྐར་སྤྱད་ངག་དབང་དོན་གྲུབ།

ལོ་རྒྱུས་སྒྲིབ་བཞུན་བཀྲ་ཤིས་ཆེ་རིང་བཅས་སོ།

ཕམ་ཁ་ཞིག་གི་སྤྱིང་ཆོར།

བསྟན་འཛིན་ཆོས་དབྱིངས།

ངས་འདི་ལྟར་གསལ་ཁ་དོད་ནས་སྒྲ་འདོད། བྱིས་དུས་ནས་བཟུང་ཐོབ་པའི་སྐྱེས་སྒྲ་མེད་
པ་ཞིག་ཆོས་བཏང་ནས་དམིགས་བྱ་གཅིག་གི་སྤྱིང་དུ་བྱུང་བཞུགས་དུས་ངས་སྤྱིང་གི་གོ་སྐབས་
ཞིག་ལ་མེ་བ་བཅོལ་ནས་ཡོང་། མི་རིགས་ཀྱི་ལྷག་བསམ་ལ་འདུན་མ་གཏད་ནས་ཡོང་། དུགས་བསམ་ཞིག་
གི་འཛོལ་སྟེག་ལས་ཐོབ་པའི་གོ་སྐབས་ལ་གསལ་བྱུང་དུས་འདྲ་ཞེས་ཟབ་མོ་ཞིག་གིས་ངའི་ལུས་སེམས་གདུངས།
ཡིན་ནའང་། ཕམ་ཉེས་འདི་རྒྱལ་ཁ་ཞིག་གི་སྤྱིང་འགྲོའི་ཕམ་སྤྱོད་མཁན་ཨེ་ཡིན་སྟེ། ངས་རང་
གིས་རང་ལ་སྤྱོད་ཆོག་དང་བྱི་དྲགས་མི་བཞོད་ཐབས་མེད་བྱུང་།

གཅིག་བྱས་ན། ང་ལ་ཆ་རྒྱུན་ཁག་ཅིག་འཐུས་མི་ཆང་པའི་ཕྱིར། བདག་ལ་སྤྱད་སྤྱོད་ཀྱི་ཡིན་ཏན་
དཔེ། རྒྱ་དཔྱིད་ཀྱི་ལྷགས་ལ། ཆོ་རིག་གི་སྤྱིང་གྲང་མི་བཟ། འཆར་གཞི་ཡི་ཁ་ཕྱོགས་ཟུར་གསུམ་
ཡིན་པའི་དབང་གིས་འདི་དག་ལ་བསྐྱར་བཅོས་ཀྱི་འཕེལ་ཕྱོགས་གང་འདྲ་ཡིན་མིན་ངས་ཀྱང་མི་དྲོགས། ང་
ཏ་ཅང་སྐྱེས་དུགས་པས་ཨེ་ཡིན་ནམ།

ཡང་སྤྱིང་། ང་གར་སྟེགས་འདིའི་སྤྱིང་ནས་སྤྱིད་དགོས་པ་ཕམ་ཁ་ཞིག་གི་བུལ་ལམ་ཡིན།
བརྗོད་མི་ཞེས་པའི་ལས་སྐལ་ཞིག་གིས་ང་ཞི་གོ་མ་པ་མེ་མེ་དང་སྐར་ཆ་མེ་མེ་བྱས་ཏེ་མཁུན་དུ་འདོད་ཀྱིན་སྤྱིང་
ཕྱོགས་ནས་ཕམ་འོང་དུས། འདི་ལྟར་བསམ། ད་དུང་ང་ཀྱུག་ཀྱུག་མོད་པའི་བཞོད་ཕམ་ཞིག་དང་ཇ་བྱག་
ཆེ་པའི་སྤྱིང་བདར་གང་མང་ཞིག་གི་ཁོད་དུ་ཞུགས་དགོས་པའང་བམས་གཞིགས་ཀྱི་གཞི་ཅར་གྱུར།
མི་རིང་མི་ཐུང་གི་མི་ཆེན་དུ་མངོན་སྟོན་གི་བྱུང་ཕམ་གཉིས་ཀྱིས་ངའི་མཁུན་དུ་འཆང་ཁ་ཤིག་གིས་
དཔེས་པའི་འཇུ་བཀ་ལྷན་པའི་ངང་བསུ་མ་བྱེད་བཞིན་ང་ལ་ལ་མེ་ཞིང་སྐྱེག་ནས་བསྐྱེད་ཡོད། ངས་དེའི་
ཕྱོགས་སུ་ཁ་གཏད་ཅི་ལྟར་གཅོད་དགོས་སམ། འདི་ངའི་ཕམ་ཁ་ལས་བྱུང་པའི་བམ་སྤྱོད་ཉག་ཅིག

དུས་དང་ནམ་པ་ཀྱུན་དུང་ལ་སྤྱིང་བཞུགས་ཆིང་མཛོད་བསམ་མང་། ངས་ཐེངས་དུ་མར་རང་སྤྱིང་གི་གནད་
དོན་དང་ནོར་འཁུགས་དུ་མ་ལ་བྱེད་འདང་བཟུབ། ལྟུང་ལགས། ང་ལ་ཤག་སྤྱིང་མེད་པའི་མིག་ཀྱང་འཆོར་

ཕྱིས་དཔོན་ལུང་གར། མཐོང་སྒྲུབ་གི་མང་གཞི་འཛིན་པ།

༼ཁྱེད་ལ་གཅེས་གསུང་གཏོང་བ་ཕྱིས་དཔོན་ལུང་གར་གྱི་སྤྱན་རླབས་ལྡན་མི་ལོ་དྲུག་ཅུ་འཁོར་བའི་དུས་དྲན་དུ།

གཙང་ཡུག་སྒྲུབ་ས་ལགས།

༡༥

ནང་དམའི་ཁྲག་མཚོ་མཁྱིལ་བའི་མཐོ་བོད་མི་རིགས་འདིའི་བྱིན་ཟེན་པའི་ལམ་བུ་ལ་བྱེར་བ་སྟེ་
ཀྱི་འདང་ཀྱག་རེ་བྱས་ཆོ། ངའི་བསམ་གཞིགས་ཀྱི་མཁའ་མཐའ་ལ་ཁྲིང་བའི་དྲན་གེས་ཀྱི་ཕོ་ཉམས་ལྷན་སྒྲུབ་
སུ་བསྐྱབས་པ་ནི། མཐོང་བོད་མི་རིགས་འདིའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ལོ་ཟླ་ནག་པོ་སྟེ་ ༡༩༣༩ ལགས།

བཞིན་རང་ཉིད་ལ་སྤྱན་འབྱེན་དང་དག་ཐེར་བྱེད་ཚུངས་ལ་འཁལ་རའི་སྒྱུ་གཏམ་སོགས་ཀྱིས་ཆོག་ལབ་བརྒྱབ་
ཚུངས། དེ་དུས་ཡན་འབྲས་ཅི་ཡང་མེད།

རྒྱུན་ནས་ད་ལྟ་བར་བདག་སྟོབ་གྱུར་འགྲུབ་པའི་བརྒྱུད་རིམ་ཁྲོད་ནས་ཆེས་ཐོག་མའི་ཕམ་ཁ་སྐྱུ་བོ་འདིའི་རྒྱུ་
ཚད་རབ་དུ་ཆུ་ཞིང་། བྱིན་སྐྱབས་དེ་བས་ཆེ། ང་སྟོབ་གྲོགས་ཀྱི་གལ་དུ་འགྲོ་མ་ཡོད་ལ་མགོ་བོ་ཡང་ཡར་
འདེགས་མ་བྱས། སྐབས་དེར།

སྟོབ་གྲོགས་ཆོས་ང་ལ་སེམས་གསོ་ན་ལ་མ་ཞིག་གི་ཞལ་འདེབས་གནང་དུས་ང་ཁ་སྐྱེད་ས་ཞིང་ངོ་ཡང་གཞོང་
ཚུངས།

གང་ལྟར། བརྒྱ་ཆ་བྲིལ་བོམ་ཞིག་ནས་ཐོབ་པའི་སྒོར་དེའི་བས་ཅན་གྱི་ཐིག་ལེ་སྟིང་རྩེ་བོད་ཡིས་ངའི་མ་དུན་
ལམ་གྱི་བཞུད་ལམ་སྟེང་བཀག་གྱུ་ཐེབས་སྐབས་ང་དང་ངའི་ཡོད་ཚད་ཅི་བྱ་གཏལ་མེད་དུ་གྱུར།

མདོར་བསྟུས་ན། རྒྱལ་ཕམ་གཉིས་ནི་འཛིག་རྟེན་གྱི་གཏན་སྟོབ་ཡིན་ན་ཕམ་ཁ་ན་རྒྱལ་ཁ་ལོས་ཡོད། ང་
སྟོབ་འགྲོད་སྟེ་དོན་མེད། དེ་བས་ཀྱང་སྟོབ་གལ་འདོགས་དོན་མེད། ང་སྟོབས་སྟེ་དགོས། སང་ལོངས་ཞི་བའི་

སྒོ་ནས་ཐིག་ལེ་དེ་དང་འཐབ་འཛིང་བྱེད་དེས་ག་སྟག་ཡིན།

༡༥

ཅེས་དཔོན་ལུང་ཤར། ཁ་སྤོད་དུ་འགྱུར་བའི་གངས་མེད་རྟགས་ཅན་གྱི་བ་དན་དེ་ཁོ་ནའི་ཆེད།
ལྷ་འདྲའི་འཐབ་འཁྲུག་ཤོད་པའི་དགུན་དུས་ཀྱི་མཆན་རྒྱུད་སྤོང་གི་བཀའ་དྲི་”སྤྱིད་ཕྱོགས་ཀྱན་མཐུན་”ཀྱི་
ཉི་གཞིན་ཞིག་བསུ་བའི་སྟ་གོན་ལ་གཞི་ལ་ཆེ། ཉིད་འོད་ཀྱིས་རྩལ་སྤོང་བཞུག་པའི་འབྲུང་བྱ་འགས། ལྷ་ས་
ངན་གྱི་བརྟམས་ཆོག་ཁྱེད་ལ་སྤོག་བཞིན་བདུད་སྤུལ་གྱི་ཆོ་ལོ་ཁྱེད་ལ་བསྐུལ།

༡༦

ཅེས་པ་ལུང་ཤར། ཁུ་བྱག་རྩོན་མའི་འཕུར་སྤངས་ཤིག་གཡར་དྲེ། གོ་ལའི་རྒྱ་འགྲོས་དང་མཐུན་
པའི་གྲུ་ཡངས་ཀྱི་ནམ་མཁར། རྒྱུད་སྤོང་གི་འགྲུལ་བཞུད་ལ་མངོན་དུ་ཕྱོགས་ཆོ། ཆག་གུམ་དུ་ཤོར་བའི་
མཐོ་སྒང་གི་སྤྱིད་ཁྱེད་ཤོག་པོར། གཡོ་རམ་གྱིས་དབུ་ཐོབ་ཤོད་པའི་བྱ་བྲལ་ཆོས། ས་འོག་དར་ཐག་གི་སྟན་
ཆོག་འབྲི་བཞིན། ཡར་ཐོན་མདུན་སྤོད་ཀྱི་ལམ་བུར་རྒྱུ་ལ་མེན་ཞེ་སྤང་གི་འགག་རྩི་འཕེན། དེ་ལས་ཀྱང་
ཡང་དགོས་པ་ནི། བྲག་དོག་གི་མཆུ་གདུང་ནི་པོས་ཁེར་རྒྱུ་ལ་ཁྱེད་ཀྱི་ཆུ་ཐུར་གྱི་སྤུན་བྱུང་ས་སྤོང་དུ་
དབྱུངས།

༡༧

ཅེས་དཔོན་ལུང་ཤར། ཁྱེད་འཕུར་འདོད་པའི་བར་སྤང་དེ་ནི་ཅི་འདྲའི་ཁ་དབྱགས་གཙང་ཞིང་དེ་
འདྲའི་མི་མེས་འགྲུལ་བཞིག་རེད་ལ། དེ་དག་མཐོང་དུས་མར་རྩམ་གྱི་བྲོ་ཁྲོད་མི་ཤོད་པའི་བདག་ནམ་
ཡང་ཁྱེད་ཀྱི་ཀྱན་གཞིའི་རྒྱུ་ལ་ལས་འཁྲུངས་པའི་ཐང་གའི་ཆོན་རིས་ལ་རྩ་འདོད། ཅེས་དཔོན་ལུང་ཤར།
རོ་མ་ཁྱེད་ནི་དག་ཅན་གྱི་ཐེན་པའི་མཐོ་སྒང་གི་རྒྱ་བཞེར་རྒྱ།

ཁོང་གི་སེམས་ནང་གི་ཀློང་མཆོ།

དཔལ་སྦྱོན། (རིག་གནས་གཤམ།)

འཇམ་གླིང་གོ་ལ་ཕྱི་ལ་པོ་འདི་ཡི་སྤྲོད་རང་ཉིད་ཡིད་དབང་འཕྲོག་པའི་དངོས་པོ་དུ་མ་ཞིག་ཡིད་
རུང་། ཀློང་མཆོ། བྱེད་ནི་ཆེས་ཤིན་ཏུ་ནས་ངའི་ཡིད་དབང་འཕྲོག་ཐུབ་པའི་ཆོས་དམིགས་བསལ་བ་ཞིག་
ཡིན། རང་ཉིད་ཡང་ཆོའི་མེ་ཏོག་རྒྱས་པའི་བརྒྱུད་རིམ་ནང་མིག་གིས་མཐོང་ཆོས་སུ་གྱུར་པ་དང་པོ་བྱེད་
མིན་རུང་། འོན་ཏེ་བྱེད་ནི་ངའི་སེམས་ཁོངས་ཀྱི་ཀློང་མཆོ་དཀར་པོ་དང་། ལྷན་ཁྲིད་ཀྱི་མར་མེ་དང་མཚུངས།
འདས་ཟིན་པའི་ལོ་རྒྱུད་ཕྱི་ལ་འདྲེས་པའི་ནང་བྱེད་ཀྱིས་ང་ལ་སྤྲོ་སྤྲོད་ཀྱིན་ཡོད་ལ། སྐབས་རེ་རྒྱུག་བསལ་གྱི་འཁྲུང་པོ་
ཡང་བསྐྱར་ཡོད་ངེས། གང་ལྟར་ལས་དབང་གི་གྲུ་ཟུར་འདི་ནས་བྱེད་དང་འཕྲད་པ་ནི་ངའི་མི་ཆོའི་
ནང་གི་ཆོས་སྤྲོ་སྤྲོད་ལྡན་པ་དང་། བདེ་བ་ཆེ་ཤོས་ཞིག་ཡིན་ལ་དུས་ནམ་ཡང་བྲན་གསོ་བྱེད་འོས་པ་ཞིག་
ཀྱང་ཡིན། འོན་ཏེ་རྒྱུག་པ་མེད་པའི་འཇིག་རྟེན་འདི་ཡི་ནང་བྱེད་དང་བྲལ་དགོས་པ་ནི་ངའི་མི་ཆོའི་
ནང་གི་འགྲོགས་བར་ཆེ་ཤོས་ཤིག་དང་སྤྲོ་གདུང་བྲག་པོ་ཞིག་སྟེ། ངས་ལས་དབང་ལ་ཡིད་ཆེས་མེད་པ་
མིན་རུང་། དེ་ནི་ང་ལ་མཚོན་ན་ཕམ་ཁ་ཉག་ཅིག་ཡིན།

ངས་ཉིན་ལྟར་ཉི་མ་སྟོར་དབྱེ་བས་དམར་པོ་དེ་མཐོང་དུས་རང་དབང་མེད་པར་བྱེད་ཀྱི་ལྷན་མཐའ་
མེད་པའི་པང་ཁ་དེ་བྲན་ཞིང་། ངག་ནས་ཀློང་མཆོ། གཤམ་སྤྲོད་བྱེད་ཀྱི་ཁེར་རྒྱུ་ལུས་པའི་སྟོར་དབྱེ་བས་
དམར་པོ་དེར་གནས་ཁང་ཞིག་གཤམ་ཆེ་ཅི་མི་རུང་མཉམ་པ་དང་། གཤམ་ཏེ་བྱེད་ཀྱི་གནས་ཁང་ཞིག་གཤམ་
ཆེ་དེ་ནི་རི་བོའི་ཕྱག་པར་ཇི་སྤྲོད་མ་རྒྱུད་གི་དེ་སྤྲོད་བར་བྱེད་ཆུག་ཏེར་ཆེན་པོའི་དོས་སུ་གཟུགས་བརྟན་ལ་རོལ་
ཏེ་ལྷན་ནག་དུ་གྱུར་པའི་འཇིག་རྟེན་འདིར་སྤྲོད་ཡང་རབ་རིབ་ཀྱི་སྤྲོད་བྲལ་བྱེད་ཀྱི་སྤྲོད་ཀྱི་འདོད་། འོན་
ཀྱང་དེ་ནི་སྟོར་དབྱེ་བས་དམར་པོ་དེའི་མཐའ་འཕྲུག་གི་རེ་ཏོག་ཙམ་ལས་ཀློང་མཆོ་བྱེད་ནི་གཞན་དབང་གི་འོག་
སྤར་ས་ནས་འཇིག་རྟེན་གཞན་ཞིག་ཏུ། ཞབས་བཅགས་ཟིན་པས་སྤྲོད་ཡང་བྱེད་དང་མཇུག་འདོད་པ་ནི་
སྟོང་བསམ་ཉག་ཅིག་ཡིན། ཡིན་ནའང་ངའི་སེམས་ཁོངས་ནས་བྱེད་ནི་ནམ་ཡང་རྒྱབ་པར་མི་གྱུར་རོ།

དུག་གསུམ།

བརྩོན་འགུལ། (དེ་མ་ལ་ཡའི་དགེ་འོས།)

འདོད་ཆགས།

ད་ནངས་ཞིགས་པ་འཛིན་གྱར་འགོ་དུས་རིག་གནས་ག་གེ་མོའི་བུ་མོ་ཆ་རྒྱས་ཅན་དེས།
གནག་རྩམ་སྒྲ་ལོ་མེལ་བྱར་གཡོ་བའི་འོག་ནས། དཀར་གསལ་དུང་རྒྱར་འཕྱ་བའི་བཞིན་རས་ངའི་
ཕྱོགས་སུ་བཞུགས་ཤིང་། ཡིད་འོང་གི་འདྲམ་ཆུང་ཞིག་གྲོལ་བས། ངའི་སྤྱིང་གི་འཕར་ཆད་ཏེ་མགྲོགས་སུ་
ཕྱིན་ཏེ་འཛིན་ཁང་དུ་ཇི་ལྟར་སྒྲེབས་པ་འང་མ་འཛོར།

ཞེ་སྤང་།

ཉིན་གུང་ཅུམ་པ་ཟ་ཁང་དུ་ཟ་མ་བཟའ་དུས། ཁོ་མོ་ཡང་སྒྲེབས་འདུག ཁོ་ཁོས་སེམས་ཆུང་
ངང་ “ཚུ་དགོས་སམ” ཞེས་བཤད་པར། ཁོ་མོས་མཐོང་ཆུང་གི་འདྲན་ཕྱེད་ཁོ་ཁོས་གཟུགས་གིང་། མི་
འདོད་པའི་སྒྲ་ཤུ་ཞིག་འཐེན་ཏེ། རྒྱུག་ཏུ་ཅི་ཞིག་སྒྲ་བཞིན་འདུག དེས་ཁོ་ཁོ་ཁོ་ཆ་དང་ཞེ་སྤང་གི་སྒྲིན་མ་
གཡོ་རུ་བཅུག

གཏི་མུག

ཕྱི་རྒྱུ་འབྲས་དལ་བཟས་ཤིང་། ཆར་པ་ཟིམ་ཟིམ་ཞིག་ཀྱང་བབས། དེའི་ཉིན་གྱིས་འཆར་ཅན་
གྱི་འཆམ་འཆམ་འགྲོ་དེར་ཡང་བར་ཆད་བཏང་། ཡུད་ཅམ་ཞིག་ནས་ནང་སྤྱོད་གི་ཅོང་སྒྲ་གསལ་བྱུང་།
གཤམ་ཆང་དུ་འདྲུལ་ནས། མདུན་ཅིག་སྒྲ་བཞིན་གྱུ་མཐའ་རིན་ཆེན་ཕྱེད་བར་སྒྱུར་སྤྱོད་ཕྱེད་བཞིན་བསྟུང་།
“དམིགས་པ་དང་མཆུངས་ལྡན་གང་རུང་གི་སྒྲིན་ནས་ཟག་པ་རྒྱས་སུ་རུང་བའི་ཆོས་དེ་ཅན” ཅེས་པའི་
མཆམས་དེར་སྒྲེབས་དུས། ངའི་ནམ་གེས་ཀྱང་ཟ་རི་ཟ་རིར་གྱུར་ཏེ་མིག་གི་འདེགས་པའི་རྒྱས་པ་ཡང་
མེད་པར་གྱུར།

རྩོམ་པའི་དབང་།

(ཇུས་རྒྱུད་ ཨེ་ ཅན་སི་ཡིས་བརྒྱུམས།)

སྐལ་བཟང་གྱི་མཆོས་ (Reader's Digest) ལས་བསྐྱར། (རིག་གནས་ཁ་པ།)

འཛིན་པའི་འདྲན་བྱེད་ཀྱི་ལམ་དུ་མངོན་སྐབས།
ཁོ་ཞི་དང་ལྷངས་དང་ལྷོག་པར་རྒྱུད་པའི་ན་པའི་
འཛིན་པའི་དང་པོའི་གསལ་སྒྲིབ་ནམས་ཀྱི་དབུས། ལྷ་
ཡི་ཉག་མ་ཐར་ཐོར་པའི་དབུས་བསྐྱེད་ཅིང་། ཅུབ་
རལ་དུ་ལྷུར་པའི་འཇུར་ན། རྩ་པའི་རྒྱལ་ན་དྲག་པའི་
ལྷན་པས་བརྒྱན་པ་ཞིག་སྟེ། ཐ་ན་ཞོགས་ཟས་བག་
ལེབ་ཀྱང་ཁ་མཐའ་བསྐྱུས་པའི་བྱིས་པ་ཆོད་དང་གཅིག་
མཚུངས་དུ་སྒྲུང་། དས་དེ་ལྷར་ཁོའི་མདུན་དུ་བྱུང་
ནས་ན་ཞི་ཀྱི་ཞིབ་དུ་བྱུང་ཅིག་བྱས་པས། དྲག་པའི་
བང་པའི་ཆགས་པའི་ངོ་གདོང་དང་། ལྷག་ལྷུ་ཀྱིས་་
ཁེངས་པའི་མེན་མོ་ནག་པོ་ནམས་ཀྱི་ཕྱི་རྒྱལ་མི་རྒྱལ་
པ་དེས། ད་ནངས་ཞོགས་པ་ཁྲིམ་ནས་ནམ་པ་འདི་
འདྲ་བྱས་ནས་སྐབས་པ་ལས། ལྷུ་ལྷའི་ཁོར་ལུག་
ནང་རྩོར་པོ་ཆགས་མེད་པ་གཞི་ནས་ཆོད་དཔག་ཐིག་
ད་དུང་ཁོའི་ལུས་ལ་བསྐྱབས་པའི་རྒྱུང་མོང་གི་
གོས་དང་། ལྷལ་རྒྱལ་ཀྱི་འཇུར་ནའི་སྒྲིག་གུ་ཡང་
ཆ་མི་ཆང་བ་མ་ཟད། ཐ་ན་རྒྱག་དུ་རྒྱལ་བོས་ན་འཇུར་
པའི་དཔལ་ཁྲིག་དེའང་འགྲིག་ལས་བཟོས་པའི་ཉོ་ཆ་རྒྱལ་
སྒྲིང་པལ་བ་ཞིག་ལས་མ་འདས།

སྤྱིར་ཁོ་པ་ཁེར་རྒྱུ་གནས་པ་མང་ཁོང་།
 བར་ཅད་དམ་འགོག་རྒྱུ་མང་དག་ཅིག་གིས་འཛིན་
 རིམ་དང་པོའི་ནང་སྐྱབས་ན་འང་འབྲི་རྒྱ་དང་སྒྲིམ་རྒྱའི་
 ཐད་དགའ་འདལ་ཡོད་ལ། དེ་རྗེས་ཡང་ལོག་ཅིག་རྗེས་
 ལུས་ཤིར་རྒྱུང་། ཁོའི་བྲིམ་འཁོས་ཤིན་ཏུ་ཞན་པའི་
 རྒྱུན་གྱིས། དེས་འཛོལ་གསེར་པའི་མདུན་ལམ་ལ་
 འགོག་སྒྲིན་བཟོ་བཞིན་ཡོད་པས། ཁོའི་མདུན་ལམ་
 ཞི་རྒྱུད་ཁོད་གྱི་མར་མེ་བཞིན་དུ་ཅང་ཉག་ལྷ་བཞིག་
 རེད་ཡང་།

འོན་ཀྱང་། ངས་ཁོའི་དཀའ་སྤྱད་དང་སྤྱོད་སྤྱོད་
གིས་ཁོངས་པའི་ཡིད་རྟོགས་སུ། མཆོག་གི་ཕྱགས་ཀྱི་
མེ་ལྷག་དམར་པོ་ཞིག་
སྤྱུམ་དུ་འདྲུག་རྒྱུ་དང་། འོད་ཟེར་སྤོང་ལྷན་གྱི་མདུན་
ལམ་ཡངས་པོ་ཞིག་བསྐྱེད་རྒྱུའི་ཐོག་མེད་ཅིག་གི་འོས་
འགན་སྒྲིམ་ཞིག་གིས། རང་ཉིད་ཀྱི་སྤྱག་པ་མཉམ་
ཡོད་པ་དེར་བྱུང་། སྤྱོད་སྤྱོད་གི་མཆི་ཞགས་འབྲེལ་
བའི་ཁོའི་ངོ་རྩེས་མཐོང་ཐོངས་ཟེར་། ངོ་མ་གང་ནས་
འོངས་མི་ཤེས་པའི་སྤྱིང་རྩེ་དྲག་པོ་ཞིག་གིས་ངའི་མཆོག་ས་
ཁམས་ཡང་ནས་ཡང་དུ་གཙུག་པོ་ཞིག་འདྲུག་

ཉིན་དང་ཞག་བརྒྱུད་ངས་ཁོང་ཚོའི་འཛིན་
ཁང་ནས་སློབ་མ་ཀུན་ལ་ཆ་སྟོན་གྱིས་སློབ་པ་དར་སྤྱད་
ནའང་། ང་ཉིན་ལྟར་འཛིན་གྱི་སློབ་མ་བཞུགས་
དང་། ཁོས་ཅི་ཞིག་ལ་རེ་བ་བྱེད་པ་བཞིན་མ་གྱིན་
པ་གཙུག་ནས་མིག་ཟུང་གིས་ངའི་ཆེས་འདྲེད་བྱེད། དེ་
ནི་ང་ཐོག་ནས་དང་། ང་སློབ་པས་དང་། ཞེས་ནན་གྱིས་
ཞུ་འདོད་བྱེད་པ་དང་འདྲ། ངས་ཁྱོད་འདྲེད་དགོས་
པ་ལོས་ཡིན་ཡང་། ཉིན་ལྟར་ཁྱོད་ཁོ་ན་སྤྱད་བཞིན་
བཞུགས་ན། སློབ་མ་གཞན་ན་མས་ལ་གསུམ་དུ་མེད་
པའི་ཡམས་ཁ་ཆེན་པོ་ཞིག་དུ་འགྱུར་བས། དེ་ནི་ངོ་མ་
བཟོད་དཀའ་བ་ཞིག་རེད་ཨང་།

ཉིན་དེར་སློབ་རེས་རོ་ཁྱེ་ལ་འཁེལ། ངས་སློབ་
བཅུ་ཞིག་དང་སློབ་པ་ཁོ་པ་ལངས་དགོས་པའི་བཅུ་
ཞིག་བཏང་། ཁོས་རྒྱ་བ་སྟོགས་ལས་དོབ་སྟོགས་ལངས་
ཞོར། འཛིགས་སྤང་ཆེན་པོས་ངའི་ཉེ་སར་བསྐྱར་
དེ་མིག་གཙུག་ཅམ་གཙུག་ཅམ་བྱས་ནས། ཁ་ཉིན་
སློབ་མ་ཆུང་མས་དེར་ཁ་བྱེས་དེ་ཁ་ཁྲ་སིམ་པོའི་ངང་མིག་
གཉིས་དེ་བ་སྟེང་དུ་ཁྱེར་དེ་ཁ་བཞིན་པ་ལ་བཞུགས་ན།
ཁོས་འཛིག་ཉིན་ན་སྤྱི་ཤུང་རིག་མ་མཐུང་བའི་རིན་
ཆེན་གཏེར་མཛོད་ཅིག་སྟོག་འདོན་བྱེད་བཞིན་དང་
ཅིས་མི་མཚུངས། ལྷ་བས་དེར་ཁོས་ཡིག་འབྲུ་རེ་རེ་
ངོར་དྲིག་པས་སློབ་པ་པའི་སེན་མོ་ནག་པོ་དག་རེ་
ཀུན་ནས། འབད་པ་ཆེན་པོས་སྤྱོད་པས་བཟང་
པོ་ཞིག་ཐོན་རེ་བྱས་ནའང་། “Bud-de-sub” ལྟ་
བྱུང་པ་ལ་ཆེར་ “Bud-de-saw” ཟེར་བ་ལྟ་བུའི་
སྤྱོད་པ་དང་སྤྱུང་།

རོ་ཁྱེ་ལ་བསམས་ཆོ་ཡིག་འབྲུ་གཅིག་ཡིན་
ནའང་ཁ་གཏད་དོ་ཟུར་གྲོ་ལ་ཞིང་། རྒྱ་པོའི་ཚུད་
གཞིར་གྱུར་ཡོད་ལ། ཁོས་ཡིག་འབྲུ་རེ་རེ་ནས་དལ་
པོར་སློབ་ནས། དཀའ་ཆོག་སེན་པོས་ཆོག་སྤྱོད་པ་
པའི་དོན་གཏེར་བྱེད་ཅིང་། གལ་སྲིད་ “Ball”
ལྟ་བུའི་སྤྱོད་པ་དང་སྤྱུང་ལ་ “Bah-law” འམ་
“Baw” ཞེས་བཞགས་ནས་ཆོད་ལྟ་བུས་ནས།
དཀའ་སྤང་ཆེན་པོས་མིག་ཟུང་ལས་རྒྱལ་ཁོའི་རྣམ་པ་
མངོན་པར་བྱེད།

སྤྱོད་པ་ལོ་ལ་རས་གྱིས་སྤྱོད་པ་བཞིན་རས་
གྱི་བ་པའི་མཚན་གྱང་མང་དག་དུ། ངས་རང་ཉིད་
གྱི་བ་སྤྱོད་པ་ལ་སར་བསྐྱེད་ཆེས། རོ་ཁྱེའི་བྲན་ཞིང་།
ཁོ་བདེ་ཐང་ཨེ་ཡིན། ཁོ་དེ་ལྟར་དུ་ཡོད་དམ། ཁོས་
སློབ་གཞུང་སྤྱད་ནས་མལ་གཟན་ནང་ཡི་གེ་སློབ་པ་བཞིན་
མེད་དམ། མ་གཞིན་ཁོ་ལ་རང་གི་ལུས་འདོམ་
གང་ཁེབས་པའི་མལ་ཆས་ཤིག་ཡོད་དམ། ཞེས་ངས་
དེ་དང་དེ་དག་གི་བསམ་མོ་མང་པོ་བཏང་སྟེང་།

དེ་ལྟར་དུ་གར་སོང་མེད་པར་བཞུང་བུ་གཅིག་
འདས་ཟིན། འོན་ཀྱང་རོ་ཁྱེ་ལ་ཡར་རྒྱས་གྱི་རྣམ་པ་
ཅུང་ཟད་ཅམ་ལས་སློབ་གྲོགས་གཞན་དང་གནས་
ཆད་མཉམ་པ་ཞིག་དུང་ཡང་བྱུང་མེད། ལྷག་པར་
དུ་ཁོས་དེ་ལྟར་ག་ལ་བསམ་ཤེས། ཁོས་ཤེས་པ་དང་
རོ་ཁྱེའི་བྱུང་པ་ནི། ཅུང་ཟད་སློབ་གྲོགས་པའི་རྒྱལ་
ཁོའི་རྣམ་པ་དེ་ཁོ་ན་རེད། དུས་ཆོད་འགྲོ་མགྲོགས་
པས། སློབ་ལུན་སྟོགས་པར་ཉིན་གསལ་ལས་མེད། ངས་

བདུན་ཕྱག་ཁ་གསུམ་གྱི་རྩོན་ནས་སྒྲོ་མ་ཚོར་རང་རང་
དང་འཆམ་པའི་བྱ་དགའི་དངོས་པོ་ཅུང་ཆག་རེ་ག་
སྒྲིག་གིས། མཛད་སྒྲོ་སྒྲུབ་ས་བདེ་ཞིག་འཆོག་ས། དེ་
ནི་ཡིག་ཤོག་སྒྲུབ་ས་སྒྲོ་གསལ་ཆེ་ཤོས། རྣམ་འགྲུར་
བཟང་ཤོས་ལ་སོགས་ལ་བཞུགས་ཏེ་བྱ་དགའི་བཟན་པ་
སྒྲོད་རྒྱ་དེ་ཡིན། འོན་ཏེ་རོ་རྩེ་ལ་རན་པའི་སྡེ་ཆ་
ཞིག་དཔྱད་ཡང་མ་རྟེན། མཐར་སྒྲོ་སྒྲུབ་ས་པའི་
སྒྲུབ་དུ་ “ཡར་རྒྱས་སྒྲུར་བའི་སྒྲིག་པ་པོ་” ཞེས་པའི་
ཆེ་ལོ་ཞིག་སྤྲད་རྒྱ་བྱས་པ་ཡིན། མ་གཞི་དེ་ནི་ཁོ་ལ་
མཆོམ་ན་ཕྱག་པར་འབྲིག་དཀའ་བའི་བཅོས་མིན་གྱི་
བདེ་བ་ཞིག་ལོས་ཡིན།

ངས་ཁོ་པར་ “ཡར་རྒྱས་སྒྲུར་བའི་སྒྲིག་པ་
པོ་” ཞེས་ལག་འཁྱེར་དང་། བྱ་དགའི་དེ་བཅིག་སྒྲིག་
པར། ཁོའི་འབྲེན་ཕྱིན་ལས་མཆེ་མའི་དོག་པ་
འགའ་ལྟག་ལྟག་ཏུ་མཐུར་མཆོས་བརྒྱད་བཟུར་བཞིན།
རིན་བྲལ་གྱི་རོར་བྱ་ཞིག་བྱུང་བ་ལྟར། དེ་བདེ་བྱང་
ལ་སྒྲུར་ནས་སྤྱིར་བཏགས་མེད་པར་རང་ཉིད་ཀྱི་རྒྱུ་
རྟེན་གས་བཟུང་བར་བྱེན།

ཉིན་དེ་ནས་བཟུང་། ངས་དེ་བདེ་ཁོའི་ལུས་
དང་བྲལ་བ་ཉིན་གཅིག་ཀྱང་རིག་མ་མྱོང་། རྩེ་སུ་
ཕྱན་ཉིད་ལས་དོན་གྱི་དགོས་མཁོས་སྒྲོབ་གྱུ་དེ་ནས་
ཐོན་ཏེ། ཟླ་གས་རྩེ་སྒྲུར་ཡང་ལས་ཁོར་ཞིག་དང་
སྒྲིག་ས་དེར་བཞུ་བར་འགྲོ་སྒྲུབ་ས། ངས་རོ་རྩེ་ཅིན་
ཐང་ཟུར་ངོས་ཀྱི་ཅོག་ཅིའི་ཁར། ངས་བྱ་དགའ་སྒྲིག་
པའི་དེ་བདེ་སྒྲིག་པ་ཞིན་པ་རིག་ ཁོས་མ་ཚུའི་གཡོ་འགྲལ་

མེད་ཀྱང་སྒྲོ་སྒྲིག་ཅིག་སྒྲིག་གིས་མིག་ཤར་བྱེད་བཞིན་
པ་འདྲ། དེའི་ཆོ་ཁོང་གི་དགོས་ཆ་ནང་འཁྲིས་སུ་བཅར་
ཏེ། “དེ་བདེ་ཁྱེད་ཀྱིས་བྱ་དགའ་བསྐྱེད་བ་ནས་
བཟུང་། ཁོས་ཉིན་གཅིག་ཀྱང་ཁ་མི་བྲལ། ཁྱེད་
ཀྱིས་མ་ཁྱེན་གསལ་ལྟར། དེ་ནི་ཁོའི་མི་ཆེའི་ནང་རང་
ལ་བདག་པའི་རྒྱ་དངོས་གཅིག་པོ་དེར་ངོས་འཛིན་པ་
ཡིན།” ཞེས་གསུངས།

སྒྲོ་ཆ་དེས་ངའི་སེམས་ནང་སྒྲུ་མི་ཤེས་པའི་
འཆོར་འདྲུང་ག་པོ་ཞིག་འཕྱར་བཞིན། ཁོའི་ཉེ་འཁྲིས་
སུ་དལ་གྱིས་གོ་མ་ཁ་བསྐྱར་ཏེ། དཔྱད་པའི་ངོས་ནས་
བཞུགས་ཆོ། ཁོས་ཡིག་འབྲུ་རེ་ནས་དེ་དེ་སྒྲིག་གིན་
འདུག ངས་ལག་གཡས་པ་དཔྱོད་ཀྱིས་ཁོའི་ཕྱག་
པར་བཞག་ནས་ “རོ་རྩེ། ཁྱོད་ཀྱིས་ང་ལ་དེ་བའི་
ཡང་བསྐྱར་ཐེངས་གཅིག་སྒྲིག་གམ་” ཞེས་བཤད་
པར། ཁོས་ཉི་ཟེར་ལ་མི་བཟོད་པར་མིག་བྱང་ཡོན་
པོར་ང་ལ་ལྟ་ཅིམ་བྱས་ནས། ལམ་སང་རྒྱུ་ཀྱོག་
ཅིམ་གྱིས་དེ་ང་ལ་བསྐྱད་ས་ཞིག་སྤྲད། དེ་ནས་ཁོས་
སྐར་མ་ཁ་གསལ་རིང་རང་རྒྱས་ཡོད་རྒྱ་བཏོན་ཏེ་གསལ་
དག་དང་། ཆོར་འདྲུ་འབྲེལ་བའི་རྣམ་འགྲུར་དུ་མ་
བསྐྱེད་ནས། སྒྲོར་སྒྲིག་སྒྲུས་དག་ཅིག་བྱས། གང་
ལྟར་དེ་བདེའི་ཤོག་ངོས་རེ་རེ་ནས་བཞུགས་ཆོ། ཁོས་
དེ་བདེ་མ་མཐར་ཡང་རྫོང་ཕྱག་འགའ་བསྐྱགས་ཆོར་
བའི་སྒྲུང་བ་རྟེན། གང་མཆོམ་ས་ནས་མི་ད་འཆོམ་
པའི་ངང་ “དེ་བའི་ཡག་” ཟེར།

(འཕྲོ་མ་ཤོག་ངོས་༡༠༩)

༡༡། ལོ་རྒྱུས་རིག་པའི་སློབ་དཔོན་པོས་ད་ནམས་རྒྱལ་མཆོན་



ལགས་སུ་བཅར་དྲི་ཞུས་པ།

དྲི་བ།

༡༥ ཀན་མཆོག་འདི་ག་མཐོ་སློབ་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་རིག་པའི་སློབ་དཔོན་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་ཉིད་ཀྱིས་
ལོ་མང་རིང་སློབ་འབྲིང་གནང་བའི་ཉམས་སྤྱོད་མཛོད་པར་སྤྲུལ་ཤིག་གསུངས་རོགས།

བཀའ་ལན།

སྤྱིར་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ནི་རྒྱལ་ཁབ་གཞན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་དང་བསྟུར་ནས་བརྒྱུས་ན་བྱུང་པར་ཆེ་ཞིང་སྤོང་
ཆ་ངེས་ཅན་ཞིག་ཡོད་པས། ལོ་རྒྱུས་ཞིབ་འཇུག་པ་བྱེད་ས་དང་ལོ་རྒྱུས་སློབ་བྲིད་གནང་མཁན་ཡོངས་ལ་
ཐུན་མོང་གི་དཀའ་ངལ་ཞིག་ཡོད་པ་སློབ་མེད་དང་། རྒྱག་དོན་བཅན་བྱེད་པ་ནང་དུ་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ལ་དོ་
སྤྲོད་བྱུང་ནས་རྒྱུན་རིང་མ་སོང་བས་ལོ་རྒྱུས་དཔྱད་ཞིབ་བྱས་པའི་ལམ་སྟོན་ཚུ་མ་ཡིག་ཁག་ས་བཅད་མ་སྟོང་
ཅམ་ལས་མེད་པ་དང་། བོད་ནང་དུ་ཡོད་པའི་ལམ་སྟོན་ཚུ་མ་ཡིག་ཁག་ནི། གཞན་གྱིས་དངོས་ཤུགས་
བརྒྱུད་གསུམ་གྱི་གོམས་ཤུགས་འོག་བྲིས་ཡོད་པས་དཔྱད་གསུམ་ངེས་ཅན་ཞིག་དགོས་པས། རྒྱ་ཆ་དང་རྒྱམ་
དཔྱད་གཉིས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་མང་དུ་ཡོད་པ་མ་ཟད། རང་རེ་མཐོ་སློབ་ཁང་འདི་ཉིད་གསུངས་དུ་དབྱེ་བརྒྱུས་
པས་བསྐྱབ་གཞིའི་ལོ་རྒྱུས་སློབ་ཆོན་བསྐྱབ་གཞི་ཆ་ཆང་མེད་སྟབས། ཕྱོགས་གཅིག་ནས་བསྐྱབ་གཞི་
གསུང་སྒྲིག་དགོས་པ་དང་། ཕྱོགས་གཞན་ཞིག་ལས་བསྐྱབ་གཞིར་དཔྱད་ཞིབ་དགོས་པས་རྒྱམ་དཔྱད་དང་
ཤེས་རིག་གཉིས་ཀྱི་མ་འདང་པའི་དཀའ་ངལ་རིམ་འཕྲད་ལ་གཞིར་ལེན་བྱས་ནས་ལོ་རྒྱུས་ཤེས་པས་སོང་།
ལོ་ཁ་ཤས་རིང་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་སློབ་བྲིད་བྱས་པའི་ཉམས་སྤྱོད་ལས་དཔྱད་ཀྱི་བྲིད་གཞི་གཙོ་བོ་
སྤྱིར་དོན་རྒྱལ་རབས་ལ་སྟོན་སྤྱི་ངེས་ཅན་ཞིག་བྱེད་དགོས་པ་མཐོང་ལམ་དུ་གྱུར་པ་མ་ཟད། དོན་དངོས་
འགའ་ཞིག་ལག་ལེན་ལས་ཀྱང་ར་སྤྱོད་གསལ་པོར་བྱུང་། དཔེར་ན། དེབ་དེའི་ནང་དུ་ཡོད་པའི་གཞི་
རིམ་ཤེས་ཡོན་གནས་རྒྱལ་དང་བརྒྱུན་ནས་གསུངས་པའི་ཆ་ཤས་རྣམས་འདིར་དགོས་མེད་དུ་གྱུར་ཅིང་།
དོན་གནད་འགའ་ཤས་རྒྱུས་བཤད་གནང་ཡོད་པ་རྣམས་ལས་དགོན་གྱིས་འབྲིད་མི་དགོས་པར་ཟུར་སྟོང་།

བྱས་པ་འབྲས་པ་ཁག་དང་། རྟོན་གནད་དེད་ཅན་ཡིན་པ་ཁག་ཅིག་དེབ་དེའི་བཅོམ་སྤོང་དངོས་མིན་པས་
བཞག་པ་ནམས་མཐོ་རིམ་སློབ་གཉེར་པ་ནམས་ལ་མེད་དུ་མི་རུང་བའི་རྟོན་གནད་དུ་སྤང་བས་སྟོན་དགོས་
པ་སྟགས་བྱས་ཏེ། སློབ་བདེ་ཉན་བདེ་ཞིག་དུ་བསྐྱུན་དགོས་པ་ནི་མིག་སྔར་འཕྲད་པའི་ལས་འགན་ཞིག་ཡིན་
པར་ར་འཕྲོད་ལེགས་པར་བྱང་།

ཕྱོགས་གཞན་ཞིག་ནས་ལོ་རྒྱུས་རིག་པའི་ཆར་གཞིའི་ཤེས་བྱ་ཡར་རྒྱས་གཏོང་དགོས་པའི་ནམས་
པ་ཞིག་གསལ་མཐོང་བྱང་བཞི། བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་གཞིར་རྩར་བཟུང་ནས་རྒྱ་དཀར་ནག་སྟགས་གཡོས་གཡོན་
ཁྲིམ་མཆོས་རྒྱལ་ཁབ་ཁག་གི་འབྲེལ་ཡོད་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཆར་གཞི་ཞིག་ཀྱང་འཛིན་དགོས་པ་གལ་ཆེར་མཐོང་།
རྒྱལ་ཁབ་དེ་ནམས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་མ་ཤེས་པའི་ཉེར་ལེན་གྱིས་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ལ་འབྲེག་བཅོམ་བྱས་པ་ནམས་ཇི་
བཞིན་གོ་བ་འདྲེན་མ་ཐུབ་པའི་དཀའ་ངལ་ཡོད་པ་དང་། རང་རེ་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་འདི་ཉིད་དེང་རབས་ལོ་རྒྱུས་
རིག་པའི་གལ་དུ་འཛུལ་ཞུགས་ཤེད་པར་ཡང་རམ་འདེགས་ངེས་ཅན་ཞིག་ཐུབ་པས། རྟོན་གནད་དེ་དག་
ལ་དམིགས་ནས་འབྱུང་འབྱུར་ལོ་རྒྱུས་རིག་པ་སློབ་བྲིད་ཤེད་སྤངས་ལ་འབྱུར་བ་གཏོང་དགོས་པ་གོར་མ་ཆག་
མདོར་ན། མཐོ་སློབ་འདིའི་ལོ་རྒྱུས་རིག་པའི་སློབ་དཔོན་གྱི་འགན་སྲུང་ས་པ་འདིས། བྱ་བ་སྟེ་མང་ཞིག་རང་
བཞིན་གྱིས་འགན་ལེན་དགོས་བྱུང་། ལོ་རྒྱུས་པའི་བསྐྱབ་གཞི་ཕྱོགས་སྒྲིག་ཤེད་པ་དང་། བསྐྱབ་གཞི་རན་
མིན་ལ་དེ་ཤེ་ཞིབ་ཤེད་པ། ཆད་ཡན་བསྐྱབ་གཞི་གཏན་འཁེབས་ཤེད་ཐབས་ལ་བསམ་གཞིགས་ཤེད་པ་སྟགས་
དག་ཀྱི་ལས་སྟེ་ལས་འདས་པའི་བྱ་བའི་ཁུར་པོ་ནམས་ཀྱང་། ཡུལ་དུས་ཀྱི་ཆུན་པས་དེ་ནམས་དང་དུ་
སྤངས་ཏེ། མི་འཛོན་འཛོན་མདོག་གི་ཉམས་ཤིག་མི་འདོད་བཞིན་དུ་སྟོན་དགོས་བྱུང་།

ད་དྲུང་དོ་མི་མཉམ་པའི་སློབ་མ་ནམས་ལ་སློབ་བྲིད་ཤེད་སྐབས། སློབ་མ་ཐུན་མོང་གི་རེ་བ་སྤོང་
དགོས་པ་དག་ཀྱི་འགན་འཁུར་ཉག་གཅིག་ཡིན་པར་བརྟེན། དེ་ལྟའི་སློབ་མ་ནམས་ལ་སློབ་བྲིད་ཤེད་
སྤངས་ཀྱི་ཉམས་སྤྱོད་གང་འཆམ་བྱུང་། འཛོན་གྲ་གཅིག་གི་ནང་དུ་དོ་མི་མཉམ་པའི་སློབ་མ་ཡོད་ན། དེ་
ལ་ཆེད་དམིགས་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཆར་གཞི་ཡར་རྒྱས་གཏོང་བའི་ཁ་ཕྱོགས་བཅའ་པ་དང་བརྟུན། སྤྲད་ཡིག་ཡར་
རྒྱས་གཏོང་བར་གཞིགས་འདོགས་ཤེད་དགོས་པ་དང་། ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་རྟོན་གནད་བཅའ་བའི་ཁ་ཕྱོགས་པར་
རྒྱབ་འདེད་བྱས་ན། རེམ་བཞིན་སློབ་མ་ནམས་ལོ་རྒྱུས་དངོས་ལ་དོ་སྤྲང་འདྲེན་ཐུབ་པའང་ར་འཕྲོད། རང་
རེ་སྤྱི་ཚོགས་ནང་དུ་ལོ་རྒྱུས་ཞེས་པ་ནི་གནའ་བོའི་བྱང་རབས་ཁོ་ནར་ངོས་འཛིན་ཤེད་ཅིང་། དེ་ཉིད་རིག་
པའི་གཞུང་ལུགས་སུ་ཇི་ལྟར་གྲུབ་མིན་སྟོར་མི་ཤེས་པ་མ་ཟད། ལོ་རྒྱུས་དངོས་ཀྱི་རྩ་དོན་དང་ཆོས་ཉིད། ཡན་
འབྲས་ནམས་སྤྱང་གི་རྒྱས་པ་དང་མཚུངས་པར་ལྟ་བུ་བཞིན། སློབ་མ་ནམས་ལ་འང་བསམ་ཚུལ་དེ་ཉིད་མདོན་

གསལ་མེན་པའི་ཚུལ་དུ་གནས། དེས་སྒྲོབ་མའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་དོན་གནད་ལ་དཔྱེ་ཞིབ་ཤེད་པའི་སྒྲིམ་འགྲེལ་བཞིན་
ཡོད་པས་དགེ་ཆེན་གྱིས་དེར་ཁ་གཏད་གཅིག་དགོས། རྩོགས་གཞན་ཞིག་ནས་ལོ་རྒྱུས་སྒྲོབ་ཆོད་འདི་ཉིད་
སྒྲོབ་མའི་ཤེས་རྒྱུ་ལ་འཇགས་པར་དཀའ་བའི་གནད་འགག་གཅིག་ཡི། སྒྲོབ་མ་རང་ཉིད་ཀྱིས་དོན་གནད་
ལ་དཔྱེ་ཞིབ་ཤེད་པའི་གོ་མས་གཤིས་མེད་པ་དེ་ཡིན་ཞིང་། གནས་ཚུལ་དེས་ལོ་རྒྱུས་ཙམ་མ་ཟད་སྒྲོབ་ཆོད་
བྱེད་ས་ཡར་རྒྱས་འགྲོ་བའི་ལམ་ཁ་མེད་པར་བྱས་པའི་ཚུལ་ལ་སོགས་འོ་འཕྲོད་པའི་མ་འོངས་དགེ་ཆེན་གྱི་
བྱ་བར་ལམ་སྟོང་ས་ཡོང་བའི་མང་གཞི་ཡིན་པར་བསམ་བཞིན་ཡོད་པ་བཅས་སོ། །

དྲི་བ།

༡༽ སྤྱིར་བཏང་ལོ་རྒྱུས་སྒྲོབ་པའི་འོས་འགན་ནི་དང་རྒྱལ་སྤྱིའི་ཐོབ་ཐང་པའི་ཞིག་དགོས་པར་ཆེན་མཆོག་གིས་
ཉམས་ཏུ་གསུངས་ཚུང་། འོན་ཀྱང་། ང་ཚོའི་མིག་ལམ་དུ་མངོན་པའི་རྒྱ་དང་བོད་། ཕྱི་རྒྱལ་གྱི་མི་སོགས་
སུ་རུང་གིས་བྲིས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ནམས་ལ་མཆེར་རྩོགས་ལྟར་ཅན་དུ་སྤང་བས། འདིའི་ཐད་ཉིད་ལ་དགོངས་
ཚུལ་ཅི་ཡོད།

བཀའ་ལན།

སྤྱིར་ལོ་རྒྱུས་ཞེས་པ་འདི་ཉིད་དང་རྒྱལ་སྤྱིའི་ཐོབ་ཐང་པ་དང་ས་འབྲེལ་ཡིན་མོད། འོན་ཀྱང་
མི་ནམས་ཀྱི་སེམས་ཁམས་ཉོན་མོངས་ལས་གྲུབ་པ་དེའི་དབང་གིས་འཁྲོག་བརྗོད་ལས་གྲུབ་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་
དབུ་མང་པའང་བདེན་པ་ཡིན། དེ་དག་ལ་དཔྱེ་ཞིབ་ཤེད་སྐབས་དོ་སྤྱང་ཤེད་དགོས་པ་ནི་དཔྱེ་ཞིབ་པ་རང་
ཉིད་ཀྱི་སེམས་ཁམས་ཡིན་ཞིང་། དེར་གྲུབ་མཐའ་དང་མི་རིགས་། རྒྱལ་ཁབ་། ཆོགས་པ་སོགས་རྩོགས་
ལྟར་ཅན་གྱི་བསམ་སྒྲིལ་དྲི་མ་ཡོད་མེད་ལ་ཞིབ་དུ་ཁྱ་དགོས་པ་དང་། རྩོགས་གཞན་ཞིག་ནས་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་རྒྱ་
ཆ་ཡོངས་ལ་གཏིང་ཟབ་ཀྱིས་ཞིབ་འཇུག་ཤེད་དགོས། དེ་ཁྱར་མིན་པར་རང་གི་སྒྲིལ་རྒྱུ་བདེ་མིན་ཙམ་དང་།
རང་ཉིད་ཀྱི་མཐོང་མིན་གྱི་རྒྱ་མཆོད་ཙམ་ལ་ཁུངས་བྱས་ཏེ། རྩོགས་ལྟར་ངམ་དང་བདེན་མིན་པའི་གལ་དུ་
བསྐྱལ་ན་མི་འགྲིག་པས་དེ་ནམས་ལ་སྤྱོད་སྤྱོད་ཐག་གཅོད་ཡང་དག་ཅིག་ཤེད་རྒྱ་གལ་ཆེ། བོད་གོ་དོན་གནད་
གཉིས་ལས་ཕྱི་མ་འདི་ཉིད་སྒྲོབ་གཉེར་ཤེད་སྐབས་གལ་འགངས་ཆེ་བས་དེ་བས་ཀྱང་དོ་སྤྱང་ཤེད་དགོས། རང་
དང་ཆོགས་སྤྱི་གཅིག་པ་དང་ཁྱ་བ་མཉམ་པ་ཞིག་གིས་བྲིས་པའི་ལོ་རྒྱུས་རིགས་ནམས་མཐོང་བ་ཙམ་གྱིས་
དང་བདེན་ཡིན་པའི་སྤྱང་བ་འབྲེན་ཞིང་། དེ་ལས་རྒྱུག་སྤྱི་རང་དང་ཆོགས་སྤྱི་མི་འདྲ་ཞིང་ཁྱ་བའང་མི་མཉམ་
པ་ཞིག་གིས་བྲིས་པའི་ལོ་རྒྱུས་རིགས་མཐོང་བ་ཙམ་གྱིས་དང་བདེན་མིན་པའི་གནས་ལུགས་མང་པོ་ཞིག་མངོན་

གསལ་དུ་མཐོང་ཐུབ། དང་བདེན་མིན་པའི་གནས་ལུགས་དེ་དག་ལ་དཔུང་སྐབས། རང་སློབ་ཀྱི་པོའི་ངང་
ནས་དང་བདེན་མིན་པའི་བསམ་ཚུལ་ལམ་ལྷ་ཚུལ་དེ་གང་ནས་བྱུང་བའི་ཁྱད་སྤངས་བཅའ་དགོས་ཤིང་། ཁྱད་སྤངས་
རིག་པའི་གཞུང་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་ནམ། རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་དེའང་རིགས་མཐུན་འདུས་ཤིང་བྱས་པའི་
སྤྱི་ཚོགས་དེ་ག་རང་ནང་བྱུང་བ་ཁོ་ནར་གཅིགས་འཛིན་བྱས་པ་ཞིག་ཡིན་མིན་སོགས་ཀྱི་མཐའ་ལ་ནན་གྱིས་
དཔུང་ན། གཞི་ནས་ལུགས་ངོ་མའི་རང་ལལ་མཐོང་ཐུབ་པའི་ལམ་ཁ་ཞིག་རྟེན་ཐུབ། དེ་ནས་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་
དོན་གནད་དེར་སྡེ་ཤོག་མི་འདྲ་བས་ལྷ་ཚུལ་ཡོད་པའང་ངང་གིས་ཤེས་ནུས་ཀྱང་། ལྷ་ཚུལ་དེ་ནམས་ཡང་
དག་དང་མ་དག་གི་ས་མཆོམས་ཤིག་ཀྱང་ཇི་བཞིན་རྟེན། ལྷ་ཚུལ་དེ་དག་གིས་ལོ་རྒྱུས་རིག་པའི་གཞུང་ལ་
དཔེ་ཞིབ་བྱས་ན། འགལ་ཟླ་མང་པོ་ཞིག་རིམ་བཞིན་མཁོ་སྤྱད་བྱེད་ནུས་པ་དང་། མི་སྤར་སྤང་བའི་ཡོད་
ཚད་ཕྱོགས་ལྷང་ཅན་དུ་སྤང་བ་ནམས་རིམ་བཞིན་ཡལ་འགོའོ། །

དེ་བ།

༡༥

རང་རེ་བཅན་ཁྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་དགོས་པ་ནི། ཆབ་སྲིད་ཀྱི་གཞན་དབང་དུ་གྱུར་བ་ཞིག་
ཡིན་སྐབས། རྒྱ་དམར་ལ་ཁ་གཏད་གཅོག་ཕྱིར་རྒྱའི་སྲིད་ཁྲིམས་དང་ལྷག་པར་དུ་བོད་རང་གི་རྒྱལ་རབས་
ལོ་རྒྱུས་ལ་ཆེད་དུ་སྒྲུངས་པའི་རིགས་གཅིག་ཀྱང་འཛིན་པ་མང་དུ་དགོས་གལ་སྤང་ཡང་། ང་ཚོས་དེ་ལྟར་
སྤྱོད་བསྐངས་བྱས་མ་ཐུབ་པའི་ཞན་ཆ་གང་ལ་ཐུག་པར་དགོངས་སམ།

བཀའ་ལན།

ང་ཚོ་བཅན་ཁྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་དགོས་པ་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་གནས་སྤངས་འོག་ནས་བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན་པ་སྤྱིས་
མེད་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་སྒྲུབས་བཅའ་པ་ཞིག་ཡིན་ན་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་གནས་སྤངས་དེར་འཕྲོ་འགྱུར་
གཏོང་བའི་ལས་ཀ་ཞིག་བྱེད་དགོས་པའང་བཞིན་བྲལ་ཉག་གཅིག་ཏུ་སོང་མོད། འོན་ཀྱང་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་གནས་
བབ་ལ་འཕྲོ་འགྱུར་གཏོང་དགོས་ན། འཕྲོ་འགྱུར་གཏོང་སའི་གནས་སྤངས་དང་། འཕྲོ་འགྱུར་གཏོང་མཁན་
རང་ཉིད་ཀྱི་གནས་བབ་གཉིས་ངོ་འཕྲོད་དགོས་པ་དེ་ལས་ཀྱང་གལ་འགངས་ཆེ། དེ་གཉིས་ངོ་འཕྲོད་པ་ལ་
ཕྱོགས་གཉིས་ཀའི་ལོ་རྒྱུས་ལ་དཔེ་ཞིབ་ནན་དུ་བྱེད་དགོས་པ་མ་ཟད། ཆབ་སྲིད་དང་དཔལ་འཕྲོར། དམག་
དོན། ཁྲིམས་ལུགས་ལ་སོགས་པའི་གནས་སྤངས་ཤེས་པར་བྱ་རྒྱུ་ལས་མ་འདས། གནས་བབ་དེ་དག་རི་
བཞིན་ཤེས་མཆོམས་གཞི་ནས་ཁ་གཏད་གཅོག་སྤངས་ཀྱི་ཐབས་ཁྲུས་འདོན་དགོས་ཤིང་། ཐབས་ཁྲུས་དེ་

དག་ཀྱང་ཁ་གཏད་གཅོག་མཁན་རང་ཉིད་ཀྱིས་བསྐྱབ་བྱུང་མེད་དང་། ཁ་གཏད་གཅོག་སའི་ཡུལ་ལ་གནོད་
མེན་བཅས་ཤེས་དགོས་པ་སོགས་མང་པོ་ཞིག་གོང་གི་དོན་གནད་དེ་དག་ལ་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་ཀྱི་ལས་གཞན་པའི་
ལམ་ཁ་མེད།

དེ་ལྟ་བུའི་ལས་ཀ་དེ་དག་ང་ཚོས་དུས་ཐོག་ཏུ་སྐྱབ་མ་བྱུང་པ་ལ་ཀྱུ་རྒྱུན་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ཚོ་
ང་ཚོའི་གནས་བབ་དང་འབྲེལ་བ་དམ་པོ་ཡོད། སྤྱི་ལོ་ང་དགུ་ལོར་ཀྱུ་རྒྱུན་གིས་རིམ་པས་བཅན་གནོན་ཆེ་
རུ་བཏང་སྐབས། རང་རེ་ནམས་ཀྱི་ཁྲ་མེད་པའི་དབུ་ཁྲིད་པ་གོང་ས་སྐྱབས་མགོན་ཆུལ་བའི་དབང་པོ་དབུ་
མཛད་པའི་བཀའ་ཤག་གི་གནད་ཡོད་མེ་སྤྲུང་། རྩོགས་མཚུངས་རིམ་མེད་ཚོས་རྒྱུད་ཁག་གི་དབུ་ཁྲིད་
ནམས་དང་མེར་སྐྱ་མི་མང་ཆེག་འབྲུམ་མ་ཟིན་ཙམ་རིམ་པར་སྐྱབས་བཅོལ་དུ་འབྱོར། སྐབས་དེར་རང་རང་
གི་གནས་བབ་དང་བརྒྱུན་ནས་འཛོལ་འཁྱུལ་ཐབས་ཀྱི་ལམ་རིམ་བཅའ་བྱེད་ཀྱི་ལས་དོན་ཁོ་ནས་དུས་ཚོད་
ངེས་ཅན་ཞིག་བསྐྱལ་དགོས་བྱུང་། དུས་ཚོད་དེར་རང་ཅག་ལ་མིག་སྤྱི་དཀའ་ངལ་ཅི་གཞན་ཡུལ་འབྲེལ་ས་
པས་གཞན་ལ་གོ་བདེ་སྤྱོད་ཐབས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་སྤྱད་ཀྱི་ཅི་ལས་དོན་ཀྱང་གཅོམ་པོར་འཛིན་དགོས་བྱུང་བའང་
ཟུར་བརྟམས་ལེབ་མཐོང་ཡིན། དུས་དེའི་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་གནས་བབ་ཀྱང་རང་ཡུལ་གྱི་གནས་སྐབས་ངོ་མ་འཛུམ་
སྤོང་བྱེད་ས་ལ་འབྲེལ་བཅོལ་བྱེད་ཀྱི་གལ་འགངས་ཆེ་བར་མཐོང་ནས་དེའི་རྩོགས་ཀྱི་ལས་དོན་ཡང་དེ་བཞིན་
གཅོགས་འཛིན་བྱས། དེ་འདྲ་སོང་ཙམ་ཐོག་མའི་མེ་ལོ་བཅུ་ཕྱག་ལྷག་གི་གནས་བབ་ནང་གོང་གི་ལས་དོན་
བྱེད་མ་བྱུང་བ་དེ་གར་བྱུག་གོ།

དེ་ནས་ལོ་ངོ་བཅུ་ཕྱག་རིམ་བཞིན་འདས་མཚམས་བོད་ཕྱག་ནམས་རིམ་བཞིན་མཐོ་སྒོ་བ་འབྲེལ་ས་
ནས་དེང་རབས་གཞི་རིམ་ཤེས་ཡོན་ཁག་སྤྱང་དགོས་པ་དང་། གཞི་རིམ་ཤེས་ཡོན་མེད་ན་འཛུམ་སྤོང་གི་
རྒྱུ་མའི་ཟིན་པའི་གནས་བབ་ཀྱང་གཟིགས། སློབ་ཕྱག་ནམས་རིམ་བཞིན་ཀྱང་གར་ནང་དང་བྱི་རོལ་ཡུལ་སོགས་
གང་སར་མཐོ་སྒོ་བ་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་ཐོབ་པའི་ལས་འགན་དམ་འཛིན་བྱས། དེ་ལྟའི་བྱ་བ་ཁོ་ནའི་འོག་ལོ་ངོ་བཅུ་
ཕྱག་ལྷག་སོང་། དུས་སྐབས་དེ་དག་གི་ཤེས་ཡོན་གྱི་དམིགས་ཡུལ་ནི། རྩིང་སྐད་ཡིག་དང་དེང་རབས་རྒྱང་
གཞིའི་ཤེས་ཡོན་སྤྱང་ནས་རྩོགས་གཅིག་ནས་རང་གི་འཛོལ་གཞན་ལ་བརྟེན་མེད་གོས་པར་བསྐྱལ་ཀྱི་དང་།
རྩོགས་གཞན་ཞིག་ནས་གཞུང་གི་ལས་ཁུངས་ནམས་རང་སྐྱ་ལེར་པ་ཞིག་ཏུ་བསྐྱུན་ཀྱི་དམིགས་ཡུལ་དམ་
འཛིན་གནད་། བོད་པའི་གཞིས་ཆགས་ཁག་གི་འཛོལ་ལེགས་བཅོས་བྱེད་ཀྱི་སོགས་བྱ་བ་སྤྲེལ་ཞིག་ལ་
བདག་ཡོད་པ་ང་ཚོས་གསལ་པོར་ཤེས་བྱུང་།

དེ་རྗེས་རིམ་བཞིན་བོད་སྐད་ཀྱི་རྣམས་ཀྱང་སྒྲིབ་གྱི་རིམ་བོན་རྣམས་ལས་དོན་ལ་ཞུགས་པ་དང་། བོད་
མའི་འཆོ་བའང་རང་སྐྱེའི་འགོ་བཅུགས། འོན་ཀྱང་དུས་སྐབས་དེར་དེའི་སྡོན་ཡོད་ཆད་གཞན་གྱི་སྐད་
ཡིག་དང་། དེང་རབས་ཤེས་ཡོན་ལ་སྦྱངས་པ་ཆེས་ཆེར་བྱས་སྟབས། བོད་རང་གི་སྐད་ཡིག་ཐུན་མེན་
རིག་གཞུང་ལ་ཐུན་བྱ་ཉམས་ཆག་ཏུ་གྱུར། ཉམས་ཆག་གི་གནས་བབ་དེ་ཉིད་གཟིགས་མཆོམས་གནས་བབ་
དེ་ཁ་ཕྱོགས་བསྐྱར་རྒྱུའི་བྱ་བར་དམ་འཛིན་གྱི་འགོ་རིམ་པར་བཅུགས། གཞི་རིམ་ནས་བཟུང་རིམ་
པས་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ཡར་རྒྱས་གོང་འཕེལ་གཏོང་བའི་ལས་དོན་རིམ་གནང་གིས་ད་ལྟའི་བར་དུ་བསྐྱེད་སྐྱོད་
རྒྱ་ཁྱེན་དེ་དག་ལ་བརྟེན་ནས་རིགས་གཅིག་ཀྱང་འཛིན་གྱིས་རྒྱ་ནག་དང་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་སྐོར་གཉིས་ལ་སྒྲིབ་གཉིས་
གྱི་ཕྱོད་པའི་བྱ་བ་གྱེད་མ་ཐུབ་པར་ལུས་པ་ལས། འདི་ཉིད་གལ་ཆུང་དུ་བརྩི་བ་སྐོར་ཅ་ནས་ནས་མིན་པ་འང་
གོང་གི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་རྒྱབ་ཐོངས་ལས་ཤེས་ཐུབ། འོན་ཀྱང་ལོ་གཉིས་གསུམ་གྱི་སྡོན་ནས་བཟུང་གོང་གི་ཆེད་
པ་ལ་ཁ་སྐྱོང་གྱི་རྒྱུའི་ལས་དོན་གྱི་འགོ་གཞུང་སྐོར་གཉིས་ཀྱིས་བཅུགས་ཟིན་ལ། རྒྱག་པར་གཞུང་ཕྱོགས་
ནས་རིམ་པར་རིགས་གཅིག་ཀྱང་འཛིན་གྱི་སྒྲིབ་སྒྱུར་ལམ་ལུགས་གཏོང་བའུ་ཏུ་སྤེལ་རྒྱ་རྒྱུ་ནམ་པ་བརྟན་ཡོད་
པ་མ་ཟད། ཕྱོགས་གཅིག་ནས་རིགས་གཅིག་ཀྱང་འཛིན་གྱི་སྒྲིབ་སྒྱུར་ཡང་སྒྲིབ་འགོ་བཅུགས། རིམ་པར་
གོང་གི་དོན་གནད་དེ་དག་ལ་འང་རིགས་གཅིག་ཀྱང་འཕྲུགས་ཀྱི་སྒྲིབ་སྒྱུར་སྒྲིབ་རྒྱ་ཡིན་པ་གསལ་པོ་རེད། ད་
ལྟར་གོང་གི་དོན་གནད་རྣམས་ལ་རིགས་གཅིག་ཀྱང་འཛིན་གྱི་སྒྲིབ་སྒྱུར་སྤྱད་ན་གཞི་ཅིའི་ཆར་གཞི་གདང་
ངས་ཡོད། དེ་ཡང་སྐད་ཡིག་གཉིས་གསུམ་ཤེས་མཁན་དང་། གནའ་དེང་གི་ཤེས་ཡོན་གཉིས་ལྡན་དང་།
སྤྱི་ཁྲིམས་སྐོར་གྱི་སྒྲིབ་སྒྱུར་ཡོད་མཁན་མང་བས་དུས་ཡུན་རིང་པོ་མ་སོང་བར་སྟོང་ཆད་དག་ཞིངས་པའི་
ཡིད་ཆེས་གྱེད་བཞིན་ཡོད།

ནན་མཆོག་གིས་མངའ་བྲེལ་ལ་མ་ལྟོས་པར་གོ་སྐབས་གནང་བར་ངས་ཚུམ་སྒྲིག་ཆོགས་ཆུང་གི་ཆབ་
ཞུས་ཏེ། ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

བཅར་འདྲི་བཆེ་རིང་ལ།



༡༡། རང་ཆོས་སློབ་དཔོན་སྐལ་བཟང་ ལགས་སུ་བཅར་དྲི་ཁུས་པ།

ཐོག་མར་ངས་ཀྱི་ལགས་མཆོག་ལ་འཆམས་འདྲིའི་བཀྲ་ཤིས་བདེ་ལེགས་དང་བཅས་དྲི་བ་
ཁག་གསུམ་ཞུ་བྱེད། བྱས་ཙང་ཀྱི་ལགས་མཆོག་ནས་གོ་སྐབས་ཤིག་གནང་རོགས་གནང་།

དྲི་བ་དང་པོ།

ཀྱི་ལགས་མཆོག་གིས་བཏང་ཤེས་ཡོན་སྒྲིགས་གང་ཅིའི་ཐད་ནས་བྱི་བྱེད་ཀྱི་ཡུལ་གྱི་ཞིག་
ལ་ཕེབས་ན་ཆོག་མོད། དོན་ཀྱང་མུ་མཐུད་བོད་མིའི་སྤྱི་ཆོགས་ཁྲོད་བཞུགས་པ་བྱེད་མཆོག་གང་ཡིན་ནམ།

བཀའ་ལན།

ང་མུ་མཐུད་བོད་མིའི་སྤྱི་ཆོགས་ཁྲོད་བཞུད་པ་འདྲི། རིགས་སློབ་དབྱ་དགའིང་གཤེགས་དམ་
པ་ཁོང་གིས་ཡ་སྐབས་མགོན་རིན་པོ་ཆའི་སྐབས་ཆེན་གྱི་དགོངས་བཞེད་དང་མཐུན་པར་བོད་མི་རིགས་ཀྱི་
ཆེད་དུ་བོད་ཕྱག་སྒྲོང་བཀའ་བཞིག་ལ་ཆོས་དང་རིག་གཞུང་གི་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་ཡོད་པ་རེད། བྱས་ཙང་
ཕྱན་ཀྱང་ཁོང་གི་འོག་འཆར་ལོངས་བྱུང་བ་ཡིན་དུས། བོད་མིའི་སྤྱི་ཆོགས་ཁྲོད་བཞུད་ནས་བོད་མི་
རིགས་ལ་ཞབས་འདེབས་ཕྱན་བྱེད་ཐུབ་ན་བསམ་བྱུང་ལགས།

དྲི་བ་གཉིས་པ།

ཀྱི་ལགས་མཆོག་སློབ་གླིང་འདིར་ཕེབས་ནས་དུས་ཡུན་དེ་དག་ནང་སློབ་མ་ཆོའི་སློབ་སྦྱོང་
བྱེད་སྡངས་དང་མ་ཟད་ནང་ཆོས་ཐད་འདོན་པའི་ལྷ་བ་གང་འདྲ་ཡོད་པ་གཟིགས་གནང་ཡོད་དམ།

བཀའ་ལན།

སྒྲིབ་སྒྲིབ་འདིར་ཕེབས་པའི་སྒྲིབ་མ་ཆོས་སྒྲིབ་སྒྲིབ་གནང་སྤངས་དང་། ཕྱི་ཕྱི་ལམ་སྐོས་ཀྱི་
ཆ་གང་ཐད་ནས་ཡག་པོ་མཐོང་གི་འདུག འོན་ཀྱང་རེ་ཟུང་གིས་ད་དུང་སྒྲིབ་སྒྲིབ་གནང་སྤངས་སྒྲིབ་
ཡར་རྒྱས་གཏོང་དགོས་པེས་རེད། ཁོང་ཆོས་ནང་ཆོས་ཐོག་སྒྱིར་བཏང་གིས་བྱའི་ཡོན་ཏན་ལ་དོ་སྤྲོད་
བྱེད་ཚུ་ལས་དགོས་པ་ཡང་དག་ཞིག་ལ་དགོངས་ནས་སྒྲིབ་མཐུན་ཕྱིར་ཕྱིར་འདྲ།

དྲི་བ་གསུམ་པ།

ནང་ཆོས་དང་ཆོན་རིག་གཉིས་པར་མཐུན་པའི་ཆ་དང་མི་མཐུན་པའི་ཆ་དེ་བཞིན་
ནང་ཆོས་དེ་དང་སང་འཇམ་སྒྲིབ་ཐོག་ཆད་གཞི་ཅི་ཙམ་ལ་སྒྲིབས་ཡོད་དམ།

བཀའ་ལན།

ནང་ཆོས་དང་ཆོན་རིག་གཉིས་ཀྱིས་དངོས་པོའི་གནས་ཚུལ་དང་མཐུན་པ་ཞིག་ལ་འཆོལ་ཞིབ་བྱེད་བཞིན་ཡོད་
པ་དང་། དེ་ཡང་ནང་ཆོས་ནང་གཙོ་བོ་སེམས་ཀྱི་གནས་ལུགས་རྒྱ་མཚན་ཡང་དག་པའི་ལམ་ནས་གཏན་
ལ་ཡབས་ཏེ་ནང་སེམས་ཡར་རྒྱས་སུ་གཏོང་བྱུགས་དང་། ཆོན་རིག་གི་གཙོ་བོ་བྱེད་དངོས་པོའི་གནས་ཆད་
གང་ཡིན་འདུལ་འཁོར་གྱིས་ལམ་ནས་གཏན་ལ་ཡབས་ནས་བྱེད་དངོས་པོའི་འཇུགས་སྒྲིབ་ཡར་རྒྱས་གཏོང་
བྱུགས་སྒྲིབ་བརྗོད་བཞིན་ཡོད་པ་འདི་གཉིས་མཐུན་པའི་ཆ་རེད། ཡང་ནང་ཆོས་ཀྱི་བྱུགས་ནས་སྒྲིབ་
ཐོན་སྒྲིབ་པ་ལ་གཏན་བཞེས་མི་འགྱུར་བའི་གནས་སམ་གོ་ས་ཞིག་ཐོབ་པར་བཤད་ཀྱི་ཡོད། ཆོན་རིག་པས་
དེ་ལྟར་ཁས་མི་ལེན་པར་མིའི་རིགས་ལ་འདུལ་བྱེད་དགོས་མཁོ་བསྐྱོད་ཐུབ་པ་ལས་གཞན་མི་བཤད་པས་མི་མཐུན་
པའི་ཆ་དེ་ཆོ་བརྗོད་ན་འགྲིག་སྟམ་ལ། དེ་ནས་ལྟུང་ས་མགོན་རིན་པོ་ཆའི་རྒྱལ་ཆེན་གྱི་མཛད་པ་འཕྲིན་
ལས་ལ་བརྟེན་ནས་ནང་ཆོས་ལ་འཇམ་སྒྲིབ་ཤར་རྒྱབ་ཆང་མས་གདངས་འཛོག་མཐོན་པོ་བྱེད་བཞིན་ཡོད་པས་
འཇམ་སྒྲིབ་ཆོས་ལུགས་ནམས་ཀྱི་ནང་ཆད་གཞི་དང་པོའི་གྲུ་དུ་སྒྲིབས་བཞིན་ཡོད་པ་རེད་སྟེ། འོན་
ཀྱང་། ང་ཆོ་བདེ་མི་སྒྱུ་ཡོངས་ཀྱི་དོས་ནས་ནོར་བུ་ལ་ནོར་བུ་ཡིན་པ་ངོ་འཕྲོད་པ་ཞིག་ཡོང་བ་བྱེད་གལ་ཆེན་
པོ་རེད་སྟེ་སྟམ་ལགས། ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

མཇུག་ཀྱ། ངས་ནན་ལགས་མཆོག་ནས་མཛད་བྲལ་མ་ལྟོས་པར་འདི་གཙོ་བོ་སྒྲིབ་ཆོགས་རྒྱུད་ལ་གལ་ཆེའི་
གོ་སྐབས་གནང་བར་སྙིང་ཐག་པ་ནས་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་བྱ་བྱུ་ཡིན།

བཅར་འདྲི་བ་འཇམ་དཔལ་གིས་རབ།

ཨ་མ་བླ་མ་པའི་གཞུང་དབྱངས།

ཟླ་བ་ཆེ་མོ་། (རིག་གནས་གཤམ་།)

ཁ་ས་ཨ་མའི་རུམ་ནས།
སྤྱི་པའི་གནས་ཆེང་གཡར་དུས།
ཞིམ་པོའི་ཟས་དང་གོས་འཇམ།
རྩོགས་མེད་བདག་ལ་གནང་བྱང་།

མི་ཡུལ་ས་མཐའི་གྲུ་ཁར།
སྤྱི་མདོག་ཐལ་བའི་རང་ངོ་།
ཨ་མ་མེད་པའི་བྱ་ཆུང་།
སྤྱི་ཟུང་མར་མེ་འབྲེ་ལ།

དྲིན་ཆེན་ཨ་མའི་བྱམས་བཅེ།
ས་སྤྱི་འདི་ལ་བྱུང་སྤང་།
སྤྱི་མེད་ཁོང་གི་རང་བྱུང་།
རྩོན་མོའི་ཆུ་ལས་རིང་བ།

ལས་ལ་བསྐྱོས་པའི་གཞན་ཡུལ།
རང་སེམས་གནས་ཐབས་མི་འདུག།
ལེ་དབར་སྤྱི་མེད་མཐུར།
བྱམས་པའི་ཨ་མ་བཞུགས་ཡོད།

བཅེ་ཆེན་ཨ་མ་ཡོད་ཀྱང་།
ལ་མོའི་བྱུང་ལ་ལུས་སྤང་།
བྱུང་མེད་མི་ཡི་ལུང་པར།
མ་ཆབ་བྱང་ན་དགའ་བ།

སྤང་གཞོངས་བདེ་མོའི་སྤང་ལ།
ག་བ་དབྱང་དང་ཞིག་ཞིག།
ག་མོས་ག་སྤྱི་མེད་དུས།
ང་ཡང་ཨ་མ་བླ་མ་བྱང་།

ཞིམ་པོ་ཨ་མས་གནང་གནང་།
མི་ཡུལ་ས་ནས་མ་རེག།
བྱམས་པོ་ཨ་མས་མཛད་མཛད།
སྤྱི་ཀྱང་བྱེད་མཁའ་མ་བྱང་།

རྩོག་མེད་ལས་ཀྱི་ཞགས་པས།
ཁ་བའི་རི་ལས་བྱུང་བྱང་།
གཞན་ཡུལ་འབྱམས་པའི་བྱངས།
ཨ་མ་ཡོད་ལ་འཁོར་བྱང་།

བརྒྱ་བྱིན་མཐུ་ཅ་ལ་ཐུན་ན།	ཉིན་གྲངས་སྤུམ་བརྒྱ་དྲུག་ཅུ།
ས་རྩེད་རྒྱག་བསྐལ་མེལ་དང་།	མཐུ་བཞིའི་ཅེ་ནས་བགྲངས་ཀྱང་།
བརྩེ་བའི་བྱིན་ཅན་སྦྱེད་མར་།	འཐུང་བའི་རྩེད་བཞི་དཔར་།
མཇལ་བའི་གོ་སྐབས་སྦྱོལ་དང་།	རིང་བའི་ལམ་ལ་བྱིད་བྱང་།
བརྩེ་ཆེན་ཨ་མའི་ཞལ་རས་།	བདག་མེད་ཅི་ལ་ཆུང་བྱ་ངས་།
ཡིད་ནས་སྤྱབ་ཐབས་མི་འདུག།	ཨ་མ་དྲན་རང་གཤགས་ནས་།
མ་གཤིབ་འཆོ་བའི་དུས་འདིར་།	རྒྱག་ཤོག་ཆེ་ལ་གཟུན་པའི་།
ལན་ཅིག་མཇལ་ན་བསམ་བྱུང་།	རྒྱག་ཤོག་ཏིང་བར་ཐལ་མོང་།



ཤོག་འོས་ཀྱི་འཕྲུལ།

དེ་ནས་ང་གཉིས་ལག་ཟུང་སྤེལ་ནས་ཅི་དུང་ཐང་ཐུར་གྱི་འདུག་རྒྱུ་གསལ་བྱུང་། རེད་གཉིས་ཀར་
 ཐུར་མེད་པའི་བདེ་བ་དང་དགའ་སྟོབས་རྒྱན་དུ་བཞད་བྱུང་། རེད་ཨང་ཅེས་ཉེས་ཤོར་བའི་སྤྱུ་གྱེད་ར།
 དེ་བརྒྱུད་དེས་དཔག་ཏུ་མེད་པའི་ཞལ་འདེབས་ཀྱི་མཆོད་པ་ཆེན་པོ་ཞིག་བཏེགས་ཡོད་པར་སྤུས་བསྟོན་བྱས།
 ད་ལྟ་ཕྱན་ལ་བསམ་ཆོ། དེ་དུས་སྤྱུ་གྱེད་གང་གི་མི་ཆེ་སྤྱད་དེ་བཅིག་གིས་བཅོས་བསྐྱར་བྱུང་། ད་གཞི་དང་
 རྒྱག་ཤོག་ཅི་མ་པ་པོ་དེ་ཡི་གཟེངས་དང་དོ་གཤམ་ཆེ་བའི་བྱ་སྦྱོད་ཅིག་ལ་འོས་འཛིན་བྱ་འོས་པ་ལོས་ཡིན།
 དེ་ནས་བརྒྱུད་ཁོ་མོས་ཀྱང་ཅི་མ་པ་པོ་ཁོང་དང་མཆུངས་པའི་རྒྱག་ཤོག་པ་ཞིག་ཡོད་ཅེས་དོན་གཉེར་
 བྱེད་འགོ་བརྩམས། །

མཐུག་གི་གཏམ།

མཁྱེན་ལྡན་གྲོག་པོ་ནམས་ཀྱིས་ནར་མ་སོན་པའི་བྱིས་པ་ཞིག་དང་འདྲ་བའི་ང་ཚོའི་
དུས་དེབ་འདིར། སྤྱན་གྱི་འདམ་མ་རྒྱག་པོར་གཡོ་བའི་རེ་བ་དང་། འདི་ནང་ང་ཚོ་ཚུ་མ་སྤྲིག་ཚོགས་ཀྱི་
གོ་ཤེས་ཚད་དང་རྒྱས་པས་མ་ལྡང་བའི་ཆ་དུ་མ་གཟེགས་ངེས་པས། ལེགས་སྤེལ་ཉེན་འགོག་གི་ལམ་སྟོན་
ཡིག་ངག་གཉིས་ཐོག་ནས་ཡོང་བའི་རེ་བ་སྟོམ་པ་ཀུ་འདོད་ལྟར་ཁྱེད་ཀྱི་ལོ་ན། ལྷག་བསམ་ཐོལ་མེད་
གནང་སྤྱོད་ཡོང་བ་དང་།

འདིར་དམིགས་གསལ་ཞུ་རྒྱུ་ནི། སྤྱིར་ན་ང་ཚོའི་དུས་དེབ་ཀྱི་འདི་བཞིན་ལོ་རྒྱུན་མའི་
ནང་ལེགས་གྲུབ་དགོས་ནའང་ཚུ་མ་ཡིག་ནམས་དུས་ཐོག་ལག་སོན་མ་བྱུང་བའི་རྒྱུན་གྱིས། ད་བར་
ཁྱེད་རྣམ་པའི་སྤྱན་ལམ་དུ་བཞུར་བྱུང་མ་སོང་བས། འདི་ག་ཚུ་མ་སྤྲིག་ཚོགས་ཀྱི་གསལ་ཞེ་ཐག་པ་ནས་
དགོངས་སེལ་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

མཐའ་དོན་ཁེ་འདོད་གྲགས་འདོད་ཀྱི་བསམ་པའི་འདུ་ཤེས་བྲལ་ཁིང་། ཤེས་བྱ་རིག་པ་སྤྱི་དང་
། བྱེ་བྲག་སྒྱུ་རྩལ་ཚུ་མ་རིག་ལ་གདུང་ཞེན་ཟབ་པའི་ཤེས་ལྡན་སྟོབ་མ་ཡོངས་ཀྱིས། འབྱུང་འགྱུར་གྱི་
དུས་དེབ་སྤང་ཆར་བ་གྲུ་འདེགས་ཡོང་བའི་འཕོད་སྤུལ་ཞུ་བཞིན་ཡོད།

ཚུ་མ་སྤྲིག་ཚོགས་ཀྱི་གསལ།



གདུ།

མཁོ་ཁྱེད་མ་ཁོད་དང་འཕུང་མ་ཁྱེད་ཀྱི་ཕྱིན་པ་མཁོ།
མཁོ་ཁྱེད་ཀྱི་ཕྱིན་པ་མཁོ་ཁྱེད་ཀྱི་ཕྱིན་པ་མཁོ།
མཁོ་ཁྱེད་ཀྱི་ཕྱིན་པ་མཁོ་ཁྱེད་ཀྱི་ཕྱིན་པ་མཁོ།
མཁོ་ཁྱེད་ཀྱི་ཕྱིན་པ་མཁོ་ཁྱེད་ཀྱི་ཕྱིན་པ་མཁོ།
མཁོ་ཁྱེད་ཀྱི་ཕྱིན་པ་མཁོ་ཁྱེད་ཀྱི་ཕྱིན་པ་མཁོ།

